revista del No. 95 35 pesos

# consumidor

CON EL SUPLEMENTO INFANTIL el brinco

informa, capacita y orienta

UNA PUBLICACION MENSUAL DEL INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR/ENERO DE 1985

## ¿Quién eleva los precios de los alimentos básicos?

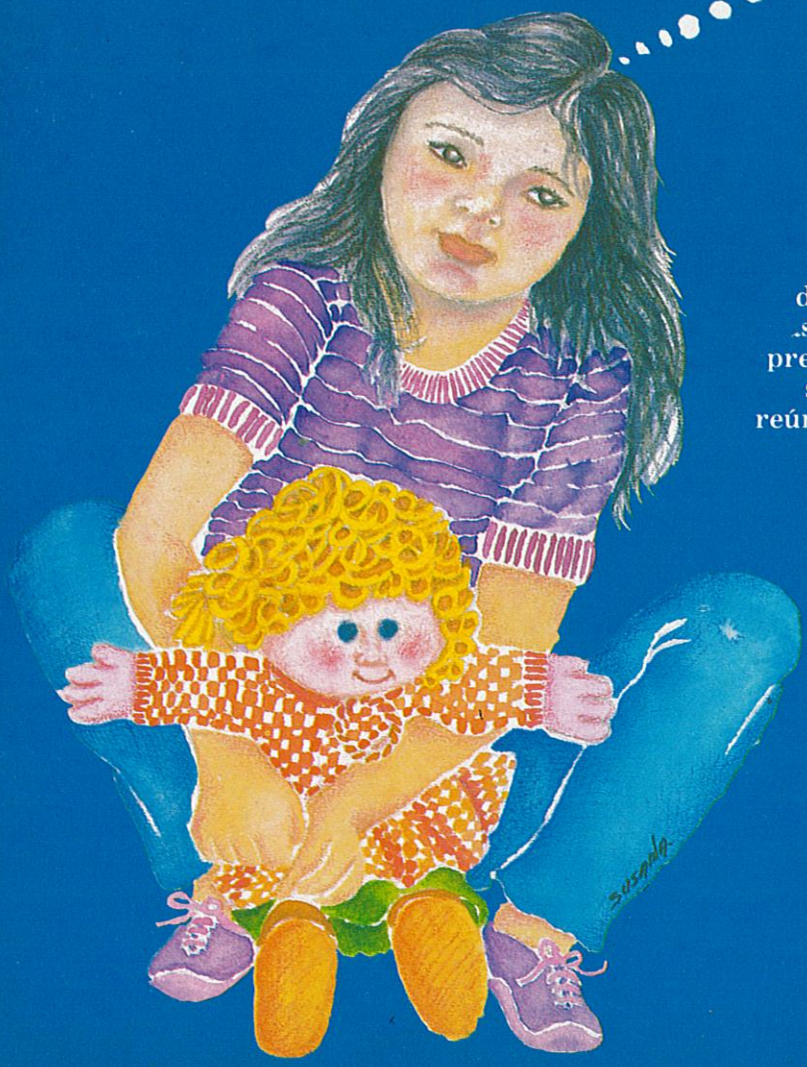
## La crisis cambia la dieta

## Muebles de baño defectuosos provocan desperdicios de agua

EL BRINCO: Me pareció ver un lindo gatito

# Lo tradicional

Nuestras muñecas de trapo, los juguetes de barro, de cartón, de madera y otros elementos manuables, que elaborados por manos artesanas significan el arraigo de nuestras costumbres. Son recreativos e implican el esmero y el cariño que el artesano les dedicó, además, crean comunicación, y armonía y propician bienestar entre padres e hijos



# Lo novedoso

Una agresiva campaña publicitaria en medios impresos desatada desde el mes de octubre hasta el de diciembre sobre un extraño muñeco, que según citan, nació de las coles. Este "nene cabage patch" de *Lily-Ledy* .sta trae un certificado de adopción. Es conveniente prevenirse, pues trás campañas costosas e insinuantes suele venir un juguete frío, industrializado, que no reúne totalmente los requisitos de recreación, calidad y precios accesibles.

**DIRECTORIO INCO**

**Directora General**
CLARA JUSIDMAN DE BIALOSTOZKY
**Dirección Técnica**
ALEJANDRO DELGADO MARTINEZ
**Dirección de Promoción**
ANDRES MANUEL LOPEZ OBRADOR
**Dirección de Producción Audiovisual y Editorial**
JORGE LUIS RAMIREZ CANO
**Dirección de Finanzas y Administración**
JORGE DOMINGUEZ PASTRANA
**Coordinación de Delegaciones**
GRISELDA ARISTA QUESADA

**SUBDIRECCIONES**

**Estudios Socioeconómicos**
LUIS MERCADER MARTINEZ
**Estudios Técnicos**
LUIS JUAREZ SUAREZ
**Promoción**
JOSE LUIS GARCIA NAJERA
**Producción Audiovisual y Editorial**
IRMA B. TERAN
**Administración**
ANTONIO DEL CASTILLO A.
**Finanzas**
JUAN JIM BALTAZAR

**DELEGACIONES**

**Baja California Norte**
CARLOS REZA SALDAÑA
**Chihuahua**
VICTOR MANUEL BARRIGUETE
**Estado de México**
GABRIEL GAMA FLORES
**Guerrero**
ERNESTO VELEZ MEMIJE
**Guanajuato**
LUIS O. MEDELLIN OCHOA
**Hidalgo**
ESTEBAN G. CHAPA ZAMORA
**Jalisco**
RODOLFO ALFARO AGUIÑAGA
**Morelos**
RAUL CARBONELL C.
**Nuevo León**
FRANCISCO JAVIER NUÑEZ
**Puebla**
ROBERTO ARTECHE
**Tlaxcala**
JOSE LUIS ARGUIJO TORRES
**Sonora**
GUILLERMO A REYNA CELAYA
**Tamaulipas**
GUILLERMO NUÑEZ VELA
**Veracruz**
RAUL CONTRERAS BASURTO
**Zacatecas**
OSCAR A. DEL REAL M.
**Fresnillo, Zac. (Agencia)**
MARTHA ZAPATA FRAYRE
**Celaya, Gto. (Agencia)**
JAIME FLORES GASCA

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

# Nuestro buen deseo para 1985: la organización de los consumidores

**Cada vez que se inicia el nuevo año también comienza el mismo ciclo: la ilusión colectiva de bonanza, estimulada por la publicidad, el comercio y los ingresos extraordinarios de muchos, comienza a desvanecerse para dar su auténtico lugar a los problemas que enfrenta cotidianamente el presupuesto familiar.**

**Uno de éstos, la alimentación, requiere cada día mayor gasto de quienes perciben los más bajos ingresos y, no obstante, la canasta de productos necesarios se reduce y condiciona cambios no necesariamente positivos en los patrones tradicionales de consumo.**

**Por ello, garantizar los alimentos es preocupación no sólo de los consumidores; las autoridades de gobierno, los especialistas universitarios, las organizaciones sindicales y sociales saben que tras la elevación sistemática de los precios no hay un responsable o un problema único que resolver. La crisis en el campo, los desajustes financieros, la inflación, son partes del mismo problema. En 1985 desde distintos flancos, habrán de acentuarse los esfuerzos para resolver el problema del abasto.**

**Los consumidores pueden aportar para ello también y aligerar la carestía auxiliándose de las diversas instancias gubernamentales, sindicales y sociales. Pero especialmente en su organización, por ejemplo para hacer compras en común, fundar centros populares de abasto y realizar múltiples acciones en su defensa y mejoría. Es la mejor acción que pueden iniciar; esos son nuestros buenos deseos para 1985.**

# Sumario


**REVISTA DEL CONSUMIDOR**

**Jefatura Editorial:**
ROGELIO HERNANDEZ LOPEZ Y
ENRIQUE QUINTERO MARQUEZ

**Secretaria de Redacción:**
LILA PASTORIZA

**Suplemento "El Brinco"**
MARIE PUGA y PILAR PEREZ

**Reporteros:**
ROSA MA. GONZALEZ/HERNAN CASARES/
DULCE MARIA LILLIAN/JUAN DE LA FUENTE
ELIA MANJARREZ

**Producción Fotográfica:**
VERONICA BRAVO

**Reporteros Gráficos:**
CARLOS MACIAS/ROBERTO TINOCO/
JAVIER VALLEJO/RAFAEL PIÑA

**Departamento de Arte y Diseño:**
EDMUNDO J. CERVERA SANDOVAL

**Formación, Ilustraciones y viñetas:**
AUGUSTO APON/SUSANA MENDOZA/
VERONICA SUAREZ/MARTHA FAJER/
DOLORES RAMIREZ/FRANCISCO
ALATRISTE/RODOLFO CORONEL

**Archivo:**
JOSE LUIS CORONEL

**Asistente Departamento Editorial:**
ANTONIA GARCIA GOMEZ

**Distribución:**
JOSE LUIS FURLONG

**Impresos:**
SERGIO PALACIOS

**APOYO ESPECIAL AL NUMERO 95 DE LOS DEPARTAMENTOS:**

**Análisis sobre Comunicación**
JOSE CHAN ESCALANTE

**Consulta directa**
MARIO LOYO

**Ingeniería**
EDUARDO MARTINEZ PACHECO

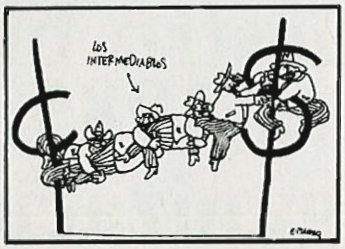
**Bioquímica**
OSCAR VELAZCO G.

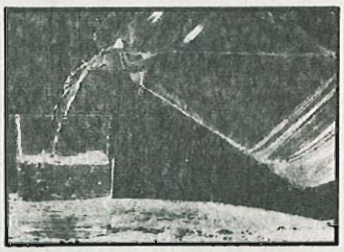
**Estudios jurídicos**
LUIS PONCIANO VAZQUEZ RIOS

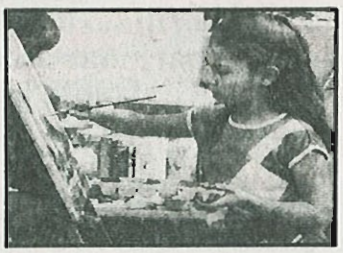
**Bienes y servicios**
JOSE MORALES MONTAÑO

**Economía**
SOLEDAD SALCEDO HERNANDEZ

**Documentación e Información**
RICARDO RAMIREZ BRUN



### Alimentación

Un razonamiento común, cuando se registra elevación de precios en los productos básicos, es atribuir toda la responsabilidad de ello a las autoridades. Pocas ocasiones se reflexiona sobre el papel que juega en la carestía el sistema de abasto y comercialización. De ello y las modificaciones que se registran en la dieta alimenticia de los mexicanos, especialmente en las ciudades, la Revista del Consumidor inicia una serie de reportajes (páginas 3-19).

### Muebles de baño

El agua potable, cada día más escasa en las grandes concentraciones urbanas, se desperdicia en cantidades considerables por deficiencias de los muebles de baño. Los ingenieros, técnicos del INCO, realizaron pruebas de control de calidad en muebles de baño de seis marcas distintas de las llamadas líneas económicas y de las deficiencias encontradas sobresale que, además de molestias, provocan que el vital líquido se desperdicie irremediablemente (páginas 21-23).

### El Brinco

El suplemento infantil presenta a sus lectores un reportaje de el León llamado Raji y les propone también que los propósitos de año nuevo sean para cuidar más la salud y el bienestar de los niños y sus familias. La participación de los pequeños en el suplemento continúa incrementándose y ahora se presentan diez dibujos y una recomendación para elaborar títeres con envases de cartón, todo elaborado por ellos (páginas centrales).

SUMARIO


| | |
|---|---|
| ¿Y qué necesidad tiene usted de los intermediarios? | 3 |
| El programa gubernamental de abasto | 11 |
| Dieta de los capitalinos ¿cuáles son los cambios? | 13 |
| Cuando se come mucho y mal | 16 |
| Invitación a la polémica: variaciones en la dieta | 18 |
| Fugas de agua por defectos en los muebles de baño | 21 |
| Humor en serio: ¿Cuántos grados tiene de alcoholismo? | 24 |
| Entre perros y gatos | 28 |
| Fotorreportaje: La avenida con más anuncios | 31 |
| ¡Chispas! Los tragamonedas siguen aumentando | 33 |
| Consumo en el mundo | 35 |
| Tribuna | 37 |



**Diseño de portada:** EDMUNDO J. CERVERA SANDOVAL
**Fotografía de portada:** VERONICA BRAVO Y CARLOS MACIAS
**Diseño de la segunda y tercera de forros:** SUSANA MENDOZA Y DOLORES RAMIREZ



La Revista del Consumidor, órgano oficial de difusión del Instituto Nacional del Consumidor, es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Tiene como objetivo ofrecer a sus lectores información y recomendaciones acerca de toda clase de bienes y servicios, sugerencias sobre el manejo racional del presupuesto familiar y la búsqueda de alternativas de consumo y mejores hábitos para el mejoramiento constante de la calidad de vida de la población.
El contenido de todos los artículos publicados —firmados o no— refleja la filosofía y el criterio editorial de la revista. Esta publicación no acepta anuncios publicitarios, no recibe muestras de productos, ni se compromete de manera alguna con ningún tipo de intereses comerciales. No autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.
El Instituto Nacional del Consumidor autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluídos en esta Revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.



Para correspondencia diríjase a: Revista del Consumidor, Asesoría Legal de la Dirección General, Lic. Angel Oyarvide, Insurgentes Sur 1228-11º piso, Código Postal 03210, o al Apartado Postal 20600, México, D.F. Totalmente impresa en papeles nacionales por Técnica Scanner, S.A., Calz. de la Viga 1446, México, D.F., 09400, Tipografía: Ediciones Mundo Marino, S.A., Cruz Verde No. 40, 04000 México, D.F. Distribución: Unión de Voceadores de México y Distribuidora Intermex, S.A. Afiliada a la Cámara Nacional de la Industria Editorial. Certificado de licitud de la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas, dependientes de la SEP. Oficio No. 1127 del 30 de abril de 1981. Reserva de derechos al uso exclusivo del título de la Revista del Consumidor del 21 de mayo de 1981.

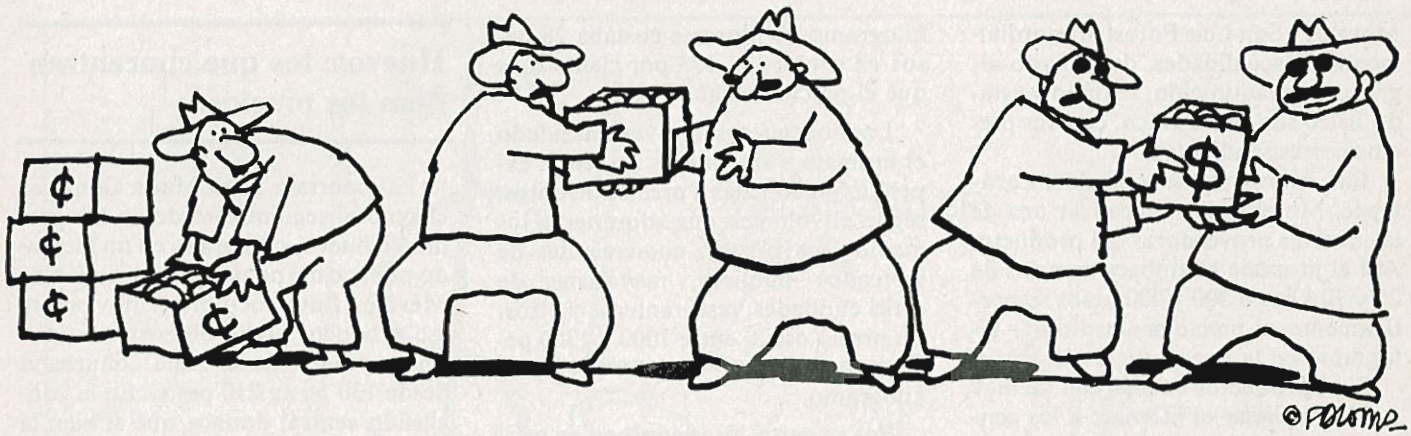

Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor.


Registrada como correspndencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro No. 015-1176, Caracteristicas 218621408.

## Cuatro casos

# ¿Y qué necesidad tiene usted de los intermediarios?

**¿Qué determina el precio final de los productos alimenticios? ¿Cuánto gana el productor? ¿Qué proceso sigue cada alimento desde el productor a la mesa donde se consume? Con esas preguntas, cuatro reporteros de la Revista del Consumidor siguieron retrospectivamente la ruta de un kilo de huevo, un kilo de jitomate, un kilo de arroz y un kilo de frijol hasta que llegaron al productor inicial.**




Sus hallazgos, aunque no contienen ninguna espectacular revelación, muestran que la larga cadena de intermediarios encarece estos productos desde el 45 hasta el 400 por ciento. Todavía más: en todos los casos tuvieron que llegar a las "partes obscuras" de un sistema de comercialización costoso y perjudicial para los consumidores, con tal cantidad de comerciantes y formas de venta tan variadas y complejas que hacen parecer la cuestión del abasto como uno de los grandes problemas irresolubles a mediano plazo.

## Jitomate: por el precio de uno podrían comprarse hasta seis.

Un kilogramo de jitomate "bola" de la variedad *Roma* fue adquirido a fines de noviembre, por la economista y reportera Elia Manjarrez, en 60 pesos. Fue auxiliada por el personal de seguimiento de precios del INCO, y encontró que un kilogramo llegó a costar, en distintos puntos de la ciudad, hasta 82 pesos, mientras que el productor lo vendió en la huerta a 12 pesos kilo en promedio, es decir, 583 por ciento menos que lo pagado por el consumidor. De su investigación relata que en los meses de octubre y noviembre el jitomate que se expendió en la ciudad de México provenía de los estados de

Foto: JAVIER VALLEJO

*Paso a paso, peso a peso... hasta llegar a su mesa.*

Morelos y San Luis Potosí primordialmente. Lascualidades, de acuerdo al grado de maduración, tamaño y estado físico son hasta cinco, con sus precios correspondientes.

Elia Manjarrez se trasladó a Zacatepec, Morelos, para localizar una de las huertas proveedoras del producto. Ahí el jitomate se empaca en cajas de 25 y 30 kilos a 300 y 400 pesos respectivamente, el precio promedio por kilogramo en la huerta fue de 12 pesos.

Si el productor cuenta con medios puede trasladar el jitomate a los centros de mayoreo, pero por lo regular lo hacen transportistas particulares que comúnmente son acaparadores rurales; entonces, a cada caja se le agregan 150 pesos por "el costo de transporte". Ahora cuesta 22 pesos kilo, antes de entrar a la Central de Abastos.

Durante varios días, Elia Manjarrez se instaló en la Central de Abastos desde las 3 de la mañana y —en el caso del jitomate— verificó que con frecuencia es retenido en los mismos camiones por "mayoristas urbanos"; estos mismos lo revenden a los bodegueros mayoristas a 700 pesos la caja de 25 kilos. Así, en su segunda etapa, cada kilogramo de jitomate costaba 28 pesos en promedio, 133 por ciento más que el precio inicial.

Los bodegueros, una vez trasladado el jitomate a sus puntos de venta, expendieron las cajas a precios distintos, según el volumen que adquirieran los medio· mayoristas, comerciantes de mercados públicos, mayoristas de otras entidades, restoranteros y otros. Su precio osciló entre 1000 y 1300 pesos la caja, o sea a 48 pesos promedio el kilogramo.

Por su parte, los vendedores en mercados, tianguis, expendios de legumbres, tiendas de autoservicio y otros, también sumáron el costo de gastos de traslado, impuestos, renta de locales, multas y varios que, en forma distinta, elevaron nuevamente el precio por caja, ahora de 1500 a 1800 pesos.

Al final de la cadena los consumidores terminan pagando de 60 a 82 pesos cada kilogramo de jitomate en buen estado, 583.3 por ciento más de lo que obtuvo el productor. Hasta ahí el reporte de Elia Manjarrez. A fines de diciembre el kilo se cotizaba en promedio a 160 pesos.

## Huevos: los que concentran fijan los precios.

La reportera Rosa María González efectuó el seguimiento de un kilogramo de huevo, comprado en un mercado público del poniente de la ciudad de México. Entre octubre y noviembre ese producto podía obtenerse en distintos puntos de la zona conurbana desde 130 hasta 210 pesos. En la conclusión central destaca que si bien la cadena de intermediarios es básicamente la misma, las ganancias para ellos son mucho menores, al igual que para la mayor parte de los productores, porque una minoría de éstos controla la mayor parte del ciclo de producción, comercialización, así como el subsidio estatal, llevándose en consecuencia la mayor parte de las ganancias.

En su informe Rosa María González explica que la mayor parte del huevo que se encuentra en los puntos de venta capitalina proviene de siete estados, de ellos, Jalisco es de mayor presencia. Sus observaciones le fueron

confirmadas por la Unión Nacional de Avicultores (UNA) donde le informaron que en Jaliseo se produjo el 24 por ciento del total en 1984; Sonora el 21 por ciento; Puebla 11 por ciento; Nuevo León el 11 por ciento; Sinaloa el 6 por ciento; Durango y Coahuila el 8 por ciento.

De las presentaciones y calidades del huevo qqe se consume en la zona conurbana verificó la clasificación que hace la Dirección de Normas Comerciales de la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial: cuatro clases y siete tamaños distintos, desde el llamado "globo" que pesa 63.8 gramos hasta el "peewe" de 47.1 gramos.

Rosa María González recuerda que técnicos del INCO han realizado análisis de calidad del huevo en estas presentaciones y tamaños. Tras adquirir, en 30 diferentes establecimientos, un millar de piezas aproximadamente encontraron que la mitad fueron los de menor calidad (por circular con el cascarón sucio de tierra, sangre y excrementos) y de peso promedio de 55.4 a 61 gramos.

Rosa María González también se trasladó a una de las pequeñas granjas situadas en el estado de Querétaro, prineipalmente para verificar la afirmación de que los costos para producir un kilogramo son de 132.20 pesos, como asegura la *Unión Nacional de Avicultores*. Los costos directos son por las aves, alimento, mano de obra, agotamiento de las aves, depreciación de instalaciones, medicamentos, energía eléctrica, conservación y mantenimiento. Los indirectos comprenden empaque, envases, fletes, acarreos, seguros, comisiones, distribución, gastos de administración, impuestos y derechos, y gastos financieros.

En efecto, las comprobaciones efectuadas permitieron concluir que ese es el costo final promedio, pero sólo para las granjas y productores en pequeño, que apenas generan el 30 por ciento de la producción a nivel nacional, mientras que el 70 por ciento se concentra en manos de unos 60 productores —que controlan entre 1843 granjas y más de 150 mil pequeños negocios— dependientes o asociados a compañías transnacionales, y operando en escalas y con tecnologías que les permiten reducir costos e incrementar beneficios.

Al respecto, tanto especialistas de la Dirección Técnica del INCO como un reciente estudio de la *Universidad Autónoma de Chapingo* apoyan las observaciones de la reportera. Esta última institución asegura que **"el uno por ciento de los productores, no más de 60, producen el 70 por ciento del huevo y se llevan fabulosas ganancias toda vez que en 1982 obtuvieron más de 52 mil millones de pesos".**

Por su parte, especialistas del INCO investigaron que existe un férreo control de los elementos tecnológicos requeridos para la produeeión masiva de huevos, por parte de empresas como *Anderson Clayton and Company; Palston Purina de México, Malta, La Hacienda*, filial de la *International Multifood*, transnacionales primeras en su ramo, que son ejemplo claro de concentración y control, coinciden los investigadores de ambos organismos.

Este poder es el principal condicionante de los medianos y pequeños

granjeros en la compra de alimentos, material genético, medicamentos y tecnología. A los grandes productores, la cuantía de su producción y sus mayores recursos les permite mayor defensa, pero en el fondo eso determina el precio final del huevo. Al final, de esta cadena, quien paga precios exagerados es el consumidor. El kilogramo, a fines de diciembre se cotizaba entre 160 y 198 pesos.

## El frijol, como en el teatro: según la variedad, el precio.

Otro seguimiento, esta vez del reportero Javier Kuramura, fue al grano básico más importante en la alimentación popular: el frijol. Un kilogramo podía obtenerse en los meses de octubre y noviembre a ocho distintos precios en la misma ciudad de México, dependiendo de la zona y el comercio. Su precio controlado era de 54 pesos, pero la oscilación alcanzó cantidades mayores al 140 por ciento, especialmente por la existencia de diversas variedades.

En su recorrido, fue apoyado también por el personal de seguimiento de precios del INCO. Javier Kuramura halló que sólo en las tiendas de la *Compañía Nacional de Subsistencias Populares* (CONASUPO), así como en buena parte de las llamadas de autoservicio, el frijol se expendía al precio controlado, o a otros ligeramente mayores.

Pero en mercados populares, sobre ruedas, tianguis, tiendas de abarrotes y misceláneas, donde se abastece la mayor parte de la población capitalina de menores ingresos, el precio por kilo a granel varió según la presentación: "*Ojo de Cabra*", hasta 60 pesos: "*Garbancillo*", 80 pesos; "*Bayo*", "*Flor de Mayo*" y "*Veracruz*" se cotizaban hasta 90 pesos; mientras que entonces se vendían hasta en 130 pesos por kilogramo a granel las variedades de "*Mantequilla*" y "*Canario*".

Kuramura consultó a especialistas y documentación del *Centro de Investigación y Docencia Económica* (CIDE), pudiendo verificar que la producción de frijol proviene, en más del 60 por ciento, de agricultores campesinos cuyo potencial productivo es insuficiente para la alimentación de sus

Foto: JAVIER VALLEJO

*¿Cuánto se ahorraría con cada paso menos en la comercialización de los básicos?*

## En alimentación y abasto, las grandes batallas para 1985

Para millones de mexicanos, especialmente los asentados en la zona conurbana del Valle de México —la más densamente poblada del mundo—, 1985 será el tiempo en que se acentuarán dos grandes batallas: una, de los asalariados por conseguir la diaria alimentación en las mejores condiciones posibles y otra, de los consumidores y autoridades de gobierno por comenzar a vencer los problemas de uno de los sistemas de comercialización más complejos, confusos y encarecedores del mundo.

En el año que terminó prácticamente todos los sectores coincidieron en las preocupaciones surgidas por la forma en que se está alimentando la población mexicana. Gobierno, partidos, organizaciones campesinas, sindicales y sociales, y en especial la prensa, protagonizaron en los últimos meses del año un serio debate sobre la alimentación. Sin que fuera declarado explícitamente como tal, el debate se concentró en tres temas: el primero de ellos y más general, fue sobre la reducción del poder de compra como efecto de la inflación y el rezago en el incremento de los salarios.

El segundo tema, aunque incipientemente, logró desbordar los límites de los centros de investigación y entidades especializadas, y se refiere a las variaciones y cambio de sentido en los patrones de consumo durante los últimos años. Ese cambio, en el plano alimentario, se ha significado por una sensible reducción en los valores dietéticos necesarios y suficientes para la reproducción humana, amenazando con aumentar los índices de desnutrición.

El tercer tema que se discutió frecuentemente desde la segunda parte del año, fue el abasto de productos básicos. De esto fue quedando claro que el *Plan Nacional de Abasto* tendrá que dar importantes batallas en 1985 contra el principal obstáculo para racionalizar el comercio y abaratar los productos alimenticios: el intermediarismo.

propias familias, además de que sus ingresos se ven menguados por los altos costos de producción, que de 1982 a la fecha se han incrementado en más de 350 por ciento.

Las ganancias por la venta de frijol las obtienen —sin mayores riesgos y muy rápido, al igual que con el jitomate—, tanto el acaparador rural (que normalmente paga un poco arriba de los precios de garantía), como el transportista, el "mayorista de patio" de los centros de abasto, el mayorista de expendio de esos mismos sitios, el medio mayorista que distribuye en zonas de la ciudad y los expendedores al menudeo.

Por otra parte, las grandes cadenas de tiendas de autoservicio, según verifican los seguidores de precios del INCO, pueden ajustarse a los precios controlados sin afectar sus márgenes de ganancia porque bajo diversos mecanismos adquieren el frijol directamente del productor, incluso antes de que inicie el proceso de siembra, y eliminan así el intermediarismo.

En este como en otros casos, tanto productores en pequeño (que son la mayoría), como los consumidores que están al final de esta otra cadena, son los más perjudicados. En los últimos días del año, el kilogramo de frijol costaba entre 57 y 63 pesos.

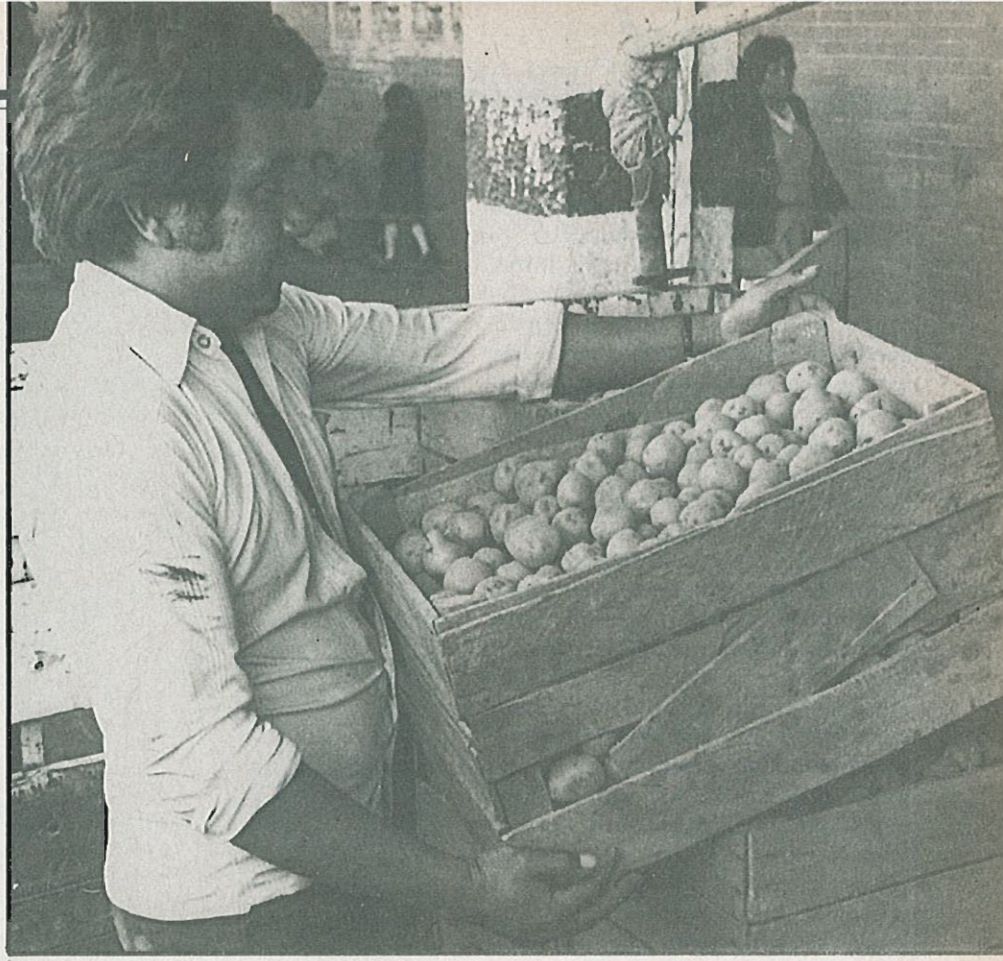


Foto: ROBERTO TINOCO

*Abasto directo, mejor y más barato producto.*

## El arroz, hasta cuatro veces más de su precio de origen.

Para poder relatar los eslabones de la cadena de comercialización del arroz fue encargado el reportero Jorge Gerardo López. De su descripción final destaca que también en este otro caso de producto básico con precio controlado, la oscilación varía de acuerdo con la zona y tipo de vendedor; que la intermediación hace que se incremente el precio hasta en 400 por ciento en relación al de producción, y que una parte importante de las ganancias las capta el "molinero" o procesador industrial.

Con el auxilio del departamento de consulta de precios del INCO, Jorge Gerardo López hizo varios recorridos durante los meses de octubre y noviembre, para comprobar el respeto al

precio oficial de 120 pesos el kilogramo de arroz entero envasado.

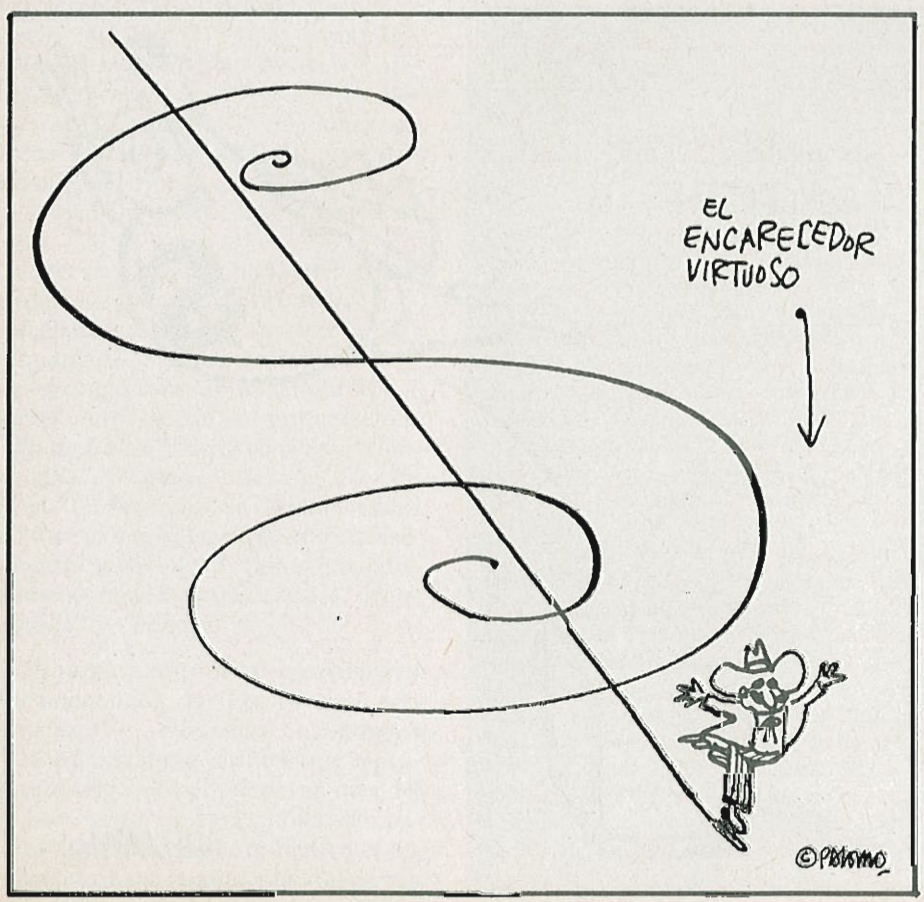
Antes de ello solicitó amplia información al ingeniero Felipe Osuna Canizales, en el campo agrícola experimental de Zacatepec, Morelos, que pertenece al *Instituto de Investigaciones Agrícolas*. Ahí fue informado con detalle que existen en el mercado dos calidades de arroz comestible también llamado Palay: el "Sinaloa", que es el más grande y de mayor calidad por ser de siembra directa y el "Morelos" que se produce por trasplante.

Como en el caso del frijol y otros productos del campo, la Secretaría de Comercio ha clasificado sus calidades y éstas se expenden a precios diversos. El Super Extra debe contener como máximo, el 5 por ciento de arroz quebrado; el Extra, 15 por ciento; el Comercial, 25 por ciento y el Popular 45 por ciento.

Los resultados de los recorridos mostraron que en las tiendas de autoservicio el arroz *Super Extra* se encontraba a 120 pesos el kilogramo envasado, o sea el precio oficial, exceptuando a las tiendas de Conasupo, que lo ofrecían 22 pesos más barato.

Foto: JAVIER VALLEJO.

*Hasta los grandes centros de abasto urbano, un largo camino recorrido.*




Sin embargo en mercados, tianguis y comercios diversos en pequeño, los precios se fueron incrementando. En Iztapalapa 160 pesos; 170 en Azcapozalco, 180 en la Villa y 190 pesos en rumbos de ciudad Nezahualcóyotl.

El precio de garantía que entonces predominaba para el arroz era de 34 mil pesos tonelada para el tipo "Sinaloa" y de 40 mil el "Morelos", es decir, 34 y 40 pesos el kilogramo en bruto.

En la *Dirección General de Distritos y Unidades de Riego* de la SARH en Jonacatepec, Morelos, el reportero averiguó que el año pasado un productor necesitó invertir más de 90 mil pesos para obtener 6 toneladas de arroz. De acuerdo al precio de garantía que entonces prevalecía sus ingresos fueron de 15 mil 600 pesos mensuales, porque el ciclo tarda cinco meses. La situación de los productores, en cuanto a ingresos se refiere, no había variado sustancialmente para fines de 1984.

En este caso resaltó el papel que juegan en la comercialización del arroz

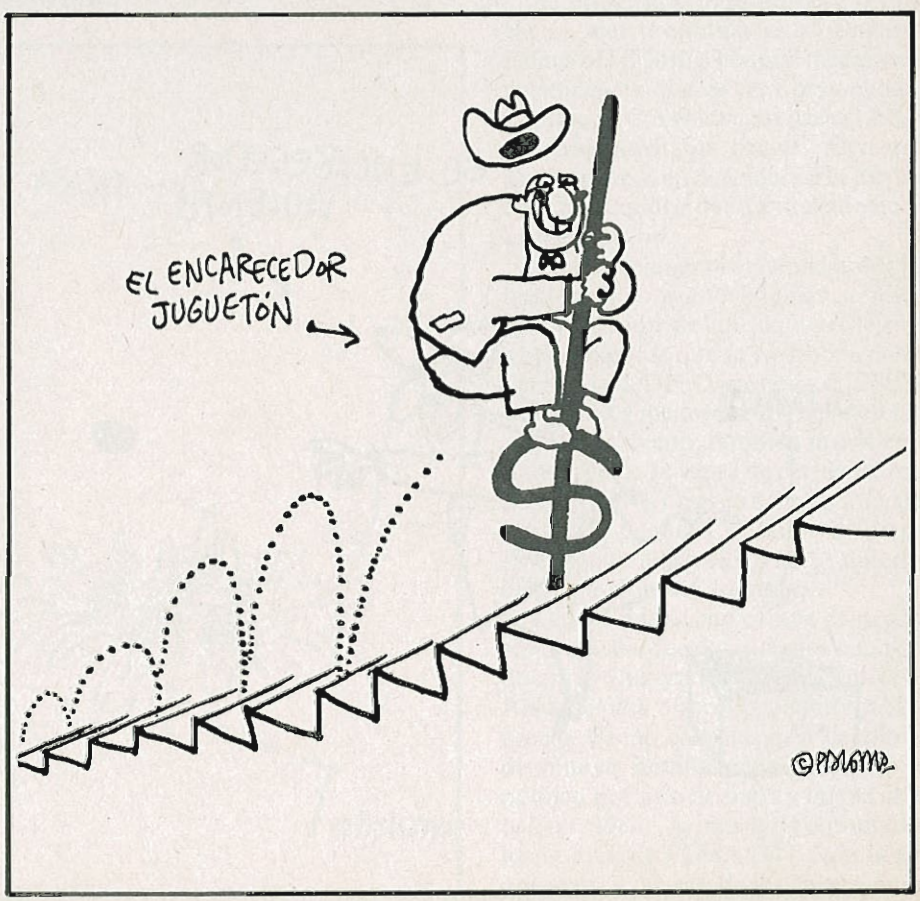
consumidores de Atzcapozalco, media una diferencia del 400 por ciento. Para fines de año un kilogramo se cotizaba entre 98 y 120 pesos.

## Comercialización: unos pocos pesan más que la mayoría.

De las descripciones, especialmente en el caso del jitomate, una de las primeras conclusiones generales que aparece es la larga cadena de intermediarios, así como la cuantía de comerciantes sin control, que se conjuntan como la causa central de la elevación exagerada de precios aunque estén fijados oficialmente en productos de consumo básico. Empero, tanto en la distribución como en la comercialización al menudeo unos pocos parecen determinar el monto de las ganancias de productores y comerciantes en pequeño, así como el precio que paga el consumidor al final.

los "molineros". Según el gerente de ventas de *Arrocera de Morelos*, Angel Morales, estos establecimientos tienen que invertir en la transportación del campo al molino, almacenamiento, limpieza general, descascarado, separación del grano, blanqueo, cernido, empaquetado y distribución. Después de pasar por el molino, el precio a mayoristas casi alcanza los cien mil pesos tonelada, equivalente a 100 pesos el kilogramo, pero además el molinero obtiene otros beneficios, porque de cada tonelada de arroz en bruto, el 66 por ciento será arroz pulido, el 14 por ciento "cascarilla para pisos de gallineros", 11 por ciento, "granillo" para las industrias galletera, harinera y cervecera, y el 9 por ciento restante "salvado" para alimentos balanceados. Todos ellos, elementos de los que el molinero obtendrá ganancias suplementarias.

El abasto y comercialización del arroz, según pudo constatar el reportero, no se diferencia en mucho de otros productos. En su resumen resalta que del precio original que obtenía el productor, 34 a 40 pesos por kilogramo, hasta los 170 pesos que pagaron



La *Comisión de Abasto* del Distrito Federal (Coabasto) conjuntó los datos sobre la cantidad de establecimientos comerciales en la capital. De un total de 160 mil 151 establecimientos, 282 son mercados públicos establecidos, 500 son tianguis o mercados sobre ruedas, 58 son almacenes del propio Departamento del Distrito Federal que en total reúnen a más de 200 mil locatarios y vendedores conjuntando a los de La Merced, Jamaica y la Central de Abastos. En esta suma no se incorporan a los miles de misceláneas, expendios de frutas y verduras.

Otra de las conclusiones a que llegaron las autoridades de Coabasto es que más del 50 por ciento de la población de ingresos menores a 2 veces el salario mínimo es el que compra más caro por sus adquisiciones en pequeña escala y en comercios pequeños, mercados y tianguis tradicionales donde el control de precios, como pudieron comprobar los reporteros del INCO, virtualmente no existe.

La mayor parte de las ventas a nivel nacional las realizan apenas el 4 por ciento del total de establecimientos, según lo asentaron investigadores del *Instituto de Investigaciones Jurídicas* de la UNAM en un estudio terminado en noviembre de 1984 bajo el título de "*Comercialización de Alimentos*".

Señalan que la estructura de comercialización, contra lo que parece, es en realidad "oligopólica", en tanto que para 1982 por ejemplo, el 4 por ciento de los establecimientos comerciales (aquí se ubican las cadenas de autoservicio) realizaron el 83 por ciento de las ventas.

Por otro lado es necesario recordar que la mayor parte de comerciantes de productos básicos se abastecían al finalizar el año en tres puntos centrales: *Central de Abastos, La Merced* y el *Mercado de Jamaica*. Y en ellos también se repite el fenómeno de control de unos pocos.

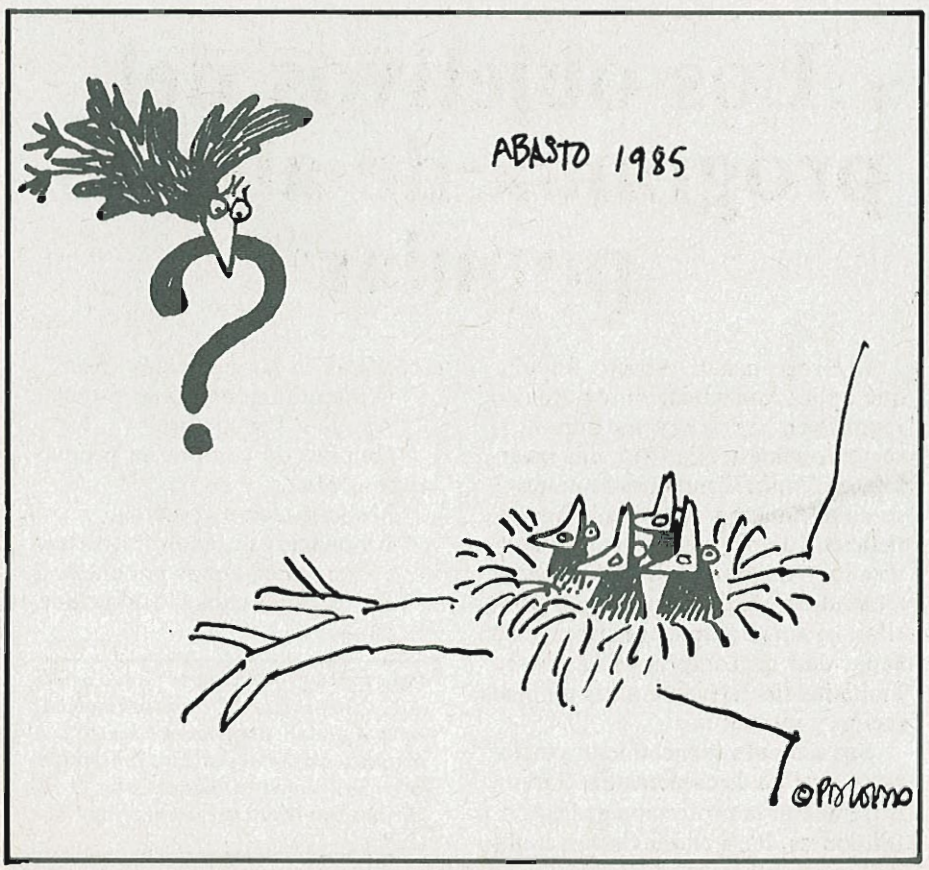
Entre los casi 5 mil 800 comerciantes mayoristas, medio mayoristas y detallistas que existen en la *Central de Abastos*, para poner otro ejemplo, "no son más de 200 los que conforman la verdadera élite en la distribución de todos los productos que ahí llegan" aseguró Héctor Castillo Berthier, quien lleva más de tres años investigando la estructura del comercio de alimentos en el Distrito Federal, al ser entrevistado por la reportera de un diario capitalino, Alicia Ortíz.

Para enfrentar este problema, que en el Distrito Federañ tiene más de mil facetas, las autoridades iniciaron el año pasado un ambicioso programa del Sistema Nacional Alimentario relacionado con el Abasto. De ello se presenta una amplia entrevista, en esta misma edición, con el responsable en el Distrito Federal

## Una respuesta oficial en el D.F.

# En abasto, tienen prioridad los de menores ingresos

**Para enfrentar la carestía excesiva y la escasez ficticia en alimentos básicos, las autoridades se propusieron intervenir más directamente en el sistema de abasto y comercialización de la Ciudad de México y tan sólo en medio año, obtuvieron resultados positivos, especialmente para la población de menores recursos, a la que caracterizaron como prioritaria para la atención.**




* Procurar el abasto suficiente y oportuno de los productos básicos alimenticios a la población del Distrito Federal.

* Ampliar y modernizar la infraestructura comercial en zonas populares, a través de la apertura de nuevas tiendas y el fortalecimiento de las ya existentes.

* Proteger el ingreso familiar, extendiendo los servicios de orientación y protección al consumo.

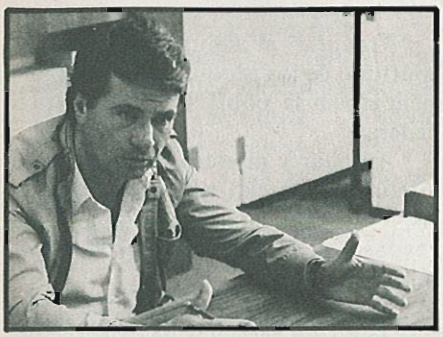
Estos son los objetivos generales que se fijaron en el Programa de Abasto Popular para el D.F. en julio de 1984.

En su aplicación participan las Secretarías de Comercio y Fomento Industrial (Secofi), de la Reforma Agraria (SRA), de Agricultura y Recursos Hidráulicos (SARH), la Compañía Nacional de Subsistencias Populares (Conasupo), la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco) y además de gobiernos estatales, el instituto Nacional de la Nutrición (INN) y el Instituto Nacional del Consumidor (INCO).

El organismo que encabeza la aplicación del programa es el Departamento del Distrito Federal mediante la dependencia que se creó para ello denominada Coordinación para el Abasto, **Coabasto**. Su titular, Demetrio Sodi, informó en diciembre a la Revista del Consumidor de lo avanzado en su primera etapa.

En las acciones programadas de protección al consumo familiar se inició la integración de un paquete de productos básicos que se expenden en las tiendas del DDF, Conasupo y el ISSSTE con precios menores a los del mercado en 20 por ciento; también se comenzó a incorporar la venta de carnes de res y pescado en las tres cadenas comerciales; en las tiendas Conasupo la tortilla se expende al precio general anterior de 21 pesos por kilogramo.

Dentro del mismo campo comenzaron los acuerdos concertados con productores y mayoristas de la Central de Abastos para ofrecer productos a bajo precio. Como consecuencia de ello se disminuyó notablemente el precio al público por kilo de papa y huevo al finalizar 1984. Asimismo continuaron los apoyos de FONACOT para la adquisición a crédito de muebles y ense-



res domésticos a trabajadores de bajos ingresos.

Para el apoyo de los productores y la modernización del sistema de comercialización se inciaron las acciones, en ese sentido, en la Central de Abasto. En diciembre comenzó a funcionar el andén de subastas, la concertación directa entre productor y mayoristas; el sistema de información sobre precios y calidades y se esperaba para las mismas fechas iniciar el traslado del mercado de Jamaica a la Central de Abastos.

Otra de las metas específicas para abaratar los precios es lograr que los pequeños comerciantes se agrupen para hacer compras en común. Al respecto, en el mes de diciembre ya se había creado un grupo de 200 tablajeros y tres uniones de compra en común de pequeños comerciantes en las delegaciones de Tláhuac, Miguel Hidalgo e Iztacalco. Estos organismos no sólo abaratan los productos al consumidor, sino que incrementan las ventas hasta 10 veces.

Dentro de las metas para modernizar el sistema de comercio se incluyó en ello a los 280 mercados de la ciudad. Las metas son apoyar con créditos a los locatarios; remodelar y hacer más completas las instalaciones y crear también grupos de compra en común. De todo ello se calculaba que para este 15 de enero, 30 mercados estarían en mejores condiciones.

También se planeó ampliar la infraestructura comercial estatal en aquellas zonas de vivienda donde fuese deficiente el sistema de comercio. Los resultados al finalizar el año indicaban que se habían creado 15 nuevas tiendas del DDF; más de 50 nuevas lecherías y una cantidad similar de pequeños expendios de Impecsa de Conasupo.

Llamó la atención la apertura, en diciembre pasado, de una central de abastos de productos del mar en las proximidades de la estación del Metro Pantitlán que coordinada por Coabasto, expende al menudeo y mayoreo, pescados y mariscos a precios menores que los mayoristas de La Viga. Lo programado es que en ese punto lleguen a comprar comerciantes de unos 500 sitios de la capital.

**Lo mejor, la organización**

Del programa resaltan los planes y las acciones realizadas para la protección y capacitación ciudadana. En esto se promueve la organización de los consumidores en sus zonas de vivienda para compras en común, autodefensa y de información al resto de los pobladores de cada zona.

Para ello, en diciembre, 176 capacitadores de instructores ya estaban recorriendo las colonias más desprotegidas en materia de abasto. Cada uno de éstos instruiría a 40 nuevos capacitadores y la meta para 1984 era dar instrucción a 7 mil 200 jefes de manzana.

Los instructores de primer nivel, como les llaman en Coabasto, tuvieron el apoyo de varios tipos de impresos y la instalación de tres nuevas oficinas conjuntas de la Procuraduría y el Instituto del Consumidor instaladas también el año pasado. Además de ello, en varias estaciones del Metro fueron renovados los módulos de información sobre el consumo y se ampliaron, para toda la población, las posibilidades de obtener datos o presentar quejas inmediatamente mediante llamadas telefónicas a Locatel además del INCO, la Profeco y la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial.

El responsable de Coabasto subrayó que todas estas acciones son una parte muy inicial de las programadas y destacó que lo importante ahora y para el futuro es la participación que tengan productores, mayoristas, comerciantes y productores para enfrentar el problema de abasto.

De sus resultados en el Distrito Federal, dijo, dependerá el éxito que se alcance en diversas entidades del país donde ha comenzado a aplicarse el Plan Nacional de Abasto

## Los objetivos del programa de abasto popular*

El Programa de Abasto Popular que aplica Coordinación de Abasto requirió en su primera fase durante el segundo semestre de 1985, una inversión de 5 mil 632 millones de pesos. A su cumplimiento se espera haber beneficiado a una población aproximada a los 5 millones de habitantes de la Ciudad de México, de manera prioritaria a aquellos que por su reducida capacidad de compra, están viendo limitadas sus espectativas de alimentación y nutrición.

Sus acciones se encaminan a mejorar el sistema de comercialización y a incrementar la protección de los consumidores. Para ello se fijaron metas específicas en las siguientes áreas:

* Protección al consumo popular
* Apoyo a Productores
* Uniones de compra de productos básicos
* Modernización comercial
* Ampliación de la infraestructura comercial en zonas populares
* Protección y capacitación ciudadana.

** Para más información se puede acudir directamente a las oficinas de Coabasto en la estación Eugenia del Metro o al Instituto Nacional del Consumidor tanto en sus nuevos módulos como a sus oficinas centrales en Insurgentes Sur 1228.*

# Dieta de los capitalinos: ¿Cuáles son los últimos cambios?

**Las preferencias hacia productos alimenticios industrializados y de origen animal entre los mexicanos de mayores ingresos y el aumento en el consumo de tortilla y de algunos productos naturales en los estratos de menores ingresos; la paulatina desaparición de la tradicional comida formal familiar, toda vez que con frecuencia a esa hora se reúne poco menos de la mitad de los miembros del núcleo hogareño; el consumo extendido de los productos "chatarra" entre comidas, principalmente de refrescos, dulces, chocolates y botanas, son algunas de las tendencias más recientes en los hábitos de consumo de alimentos entre la población de la Ciudad de México.**

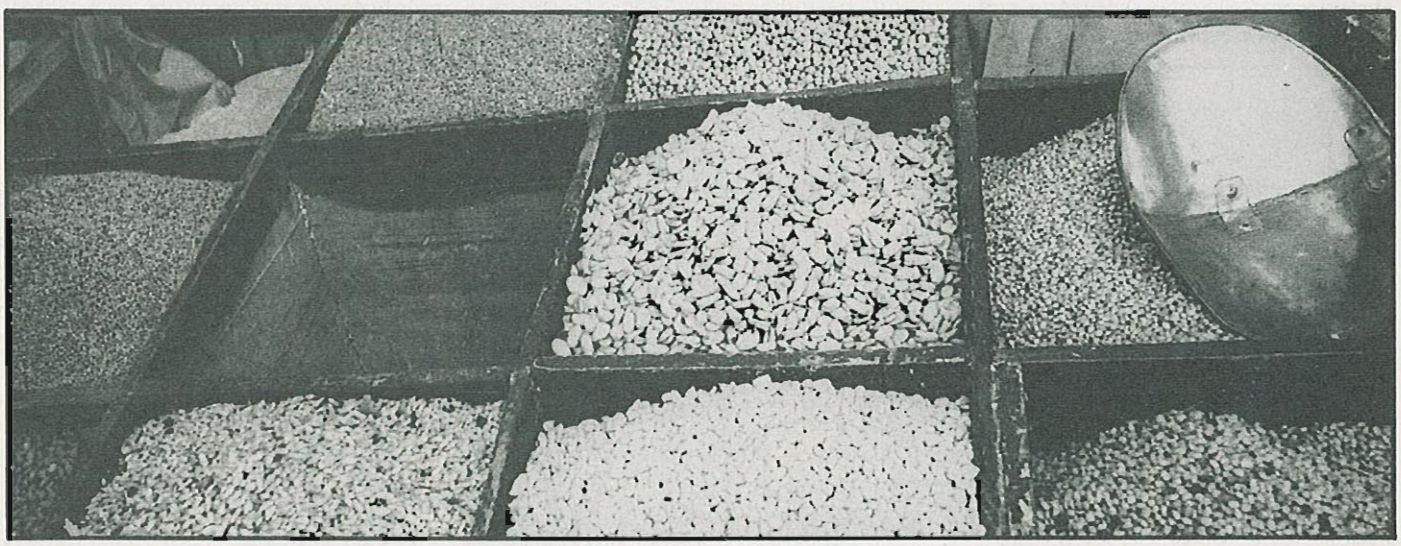


*Foto de: ROBERTO TINOCO*

Estas y otras conclusiones resultan de la investigación terminada en marzo de 1984 por los especialistas de la Dirección Técnica del INCO. El estudio se efectuó mediante la entrevista a 120 familias de la ciudad de México.

De acuerdo a los ingresos familiares mensuales, se distinguieron cinco estratos en la población entrevistada: el A con percepciones mayores a 100 100 mil pesos; el B con ingresos entre 50 mil y 100 mil pesos; el C de 25 mil a 50 mil pesos; el D entre 15 mil a 25 mil pesos, y el estrato E con percepciones mensuales menores a los 15 mil pesos.

Tales diferencias marcan la pauta de una gran diversidad en los hábitos de consumo. Si bien existe un perfil que abarca buena parte de la población, se observa también una notoria variedad de patrones de consumo según los distintos estratos socioeconómicos; "las preferencias y hábitos son determinados por las posibilidades económicas, que son las que 'a fin de cuentas' condicionan el poder adquisitivo", se afirma en la investigación.

**¿Cuánto se gasta en comer?**

El gasto en alimentación constituye uno de los principales renglones dentro de las erogaciones familiares. Desde luego, a medida que aumenta el ingreso familiar el gasto en alimentación disminuye en términos relativos.

Así por ejemplo, cerca de las tres cuartas partes de las familias entrevistadas del estrato A gastaban semanal-

mente en esas fechas, en comida, hasta tres veces más que el promedio de las pertenecientes a los estratos D y E. Como se puede observar, desde el ángulo cuantitativo el mayor gasto absoluto se ubica en los niveles de ingresos superiores, pero sin embargo, proporcionalmente, la inversión en alimentación resultó menor respecto al ingreso total.

Un hecho semejante ocurre en las comidas fuera del hogar. El estrato de mayores ingresos recurre con mayor frecuencia a esta práctica y gasta más en magnitudes absolutas, aun cuando el peso relativo de este tipo de gasto alimenticio es bajo en relación a sus percepciones familiares globales.

Si bien es cierto que en los estratos de menores ingresos son poco frecuentes las comidas fuera del hogar, desde una perspectiva general se advierte una fuerte tendencia a generalizar esta costumbre entre la mayoría de la población: **"a diferencia del desayuno, a la hora de la comida sólo la mitad de las familias entrevistadas reportan encontrarse todos en el hogar"**. Frente a esta situación resalta el señalamiento de que la cena, **"probablemente por ser la última comida del día, ha venido a desplazar la comida formal familiar, reuniendo a una gran parte de los miembros de las familias"**.

**Qué es lo que se come y se toma**

En cuanto a la composición de la dieta familiar, se advierte una diferenciación que va de un patrón alimenticio basado en productos de origen animal e industrializados en los estratos de mayores ingresos, a otro donde el consumo de este tipo de alimentos disminuye sustancialmente y se incrementa, en cambio, el consumo de cereales, leguminosas y productos naturales para los niveles de menores ingresos.

Variaciones específicas en el consumó de alimentos se observan en las preferencias mostradas por el tipo de verduras, frutas, cereales y féculas, leguminosas, o productos de origen animal e industrializado seleccionados, en relación al nivel socioeconómico de que se trate. A manera de ilustración retomemos el caso de los cereales y féculas.

La tortilla, el arroz, la papa y el pan bolillo se encuentran entre los productos de consumo más generalizado dentro de este grupo de alimentos. Sin embargo, mientras en el estrato A es mayor la adquisición de pan de caja y galletas, en el E por el contrario, destaca el consumo de tortillas y de pan bolillo, comparativamente de menor precio.

Finalmente, el estudio señala que la mitad de la población entrevistada afirma consumir algún producto entre comidas, principalmente de los llamados alimentos "chatarra" como refrescos, pastelillos, botanas, dulces, etc. En este caso, mientras en los estratos A, B y C, se prefieren los productos industrializados, en el D se opta por productos animales y en el E por las frutas. En este último nivel no se reporta la adquisición de productos "chatarra" entre comidas, aun cuando en la composición del menú de los estratos D y E, se ha extendido el consumo de

refrescos más que en los niveles de mayores ingresos.

**"Casi la totalidad de las familias entrevistadas (el 97 por ciento), ingieren bebidas alcohólicas en mayor o menor grado".** La investigación del INCO agrega también que el consumo guarda relación directa con el ingreso familiar.

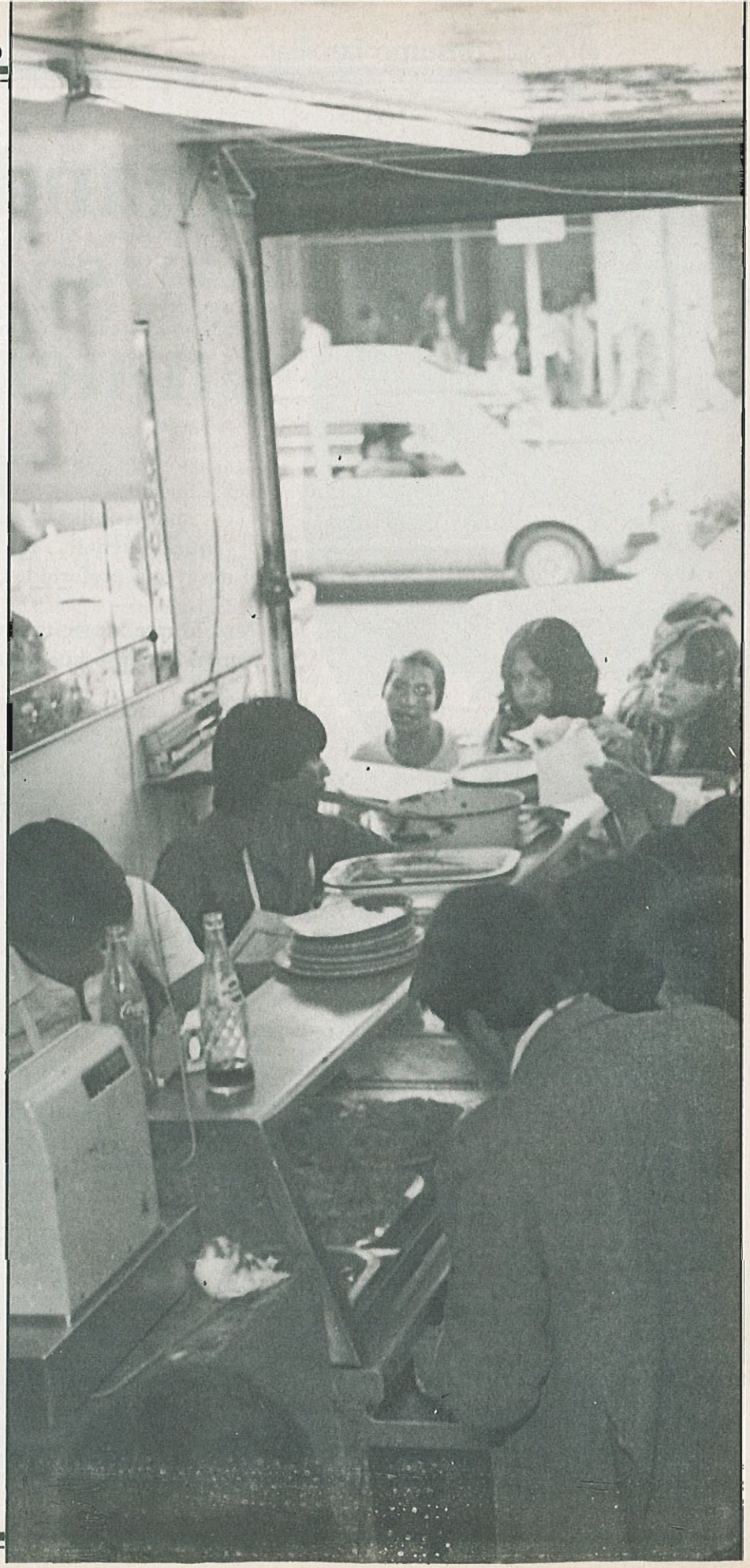
Las bebidas de mayor demanda —en orden de importancia— son la cerveza, el ron y el brandy. Considerando los diversos niveles económicos, se observa que el whisky es la bebida preferida en el estrato A, la cerveza en los estratos B, D y E, y el ron es más popular en el estrato C.

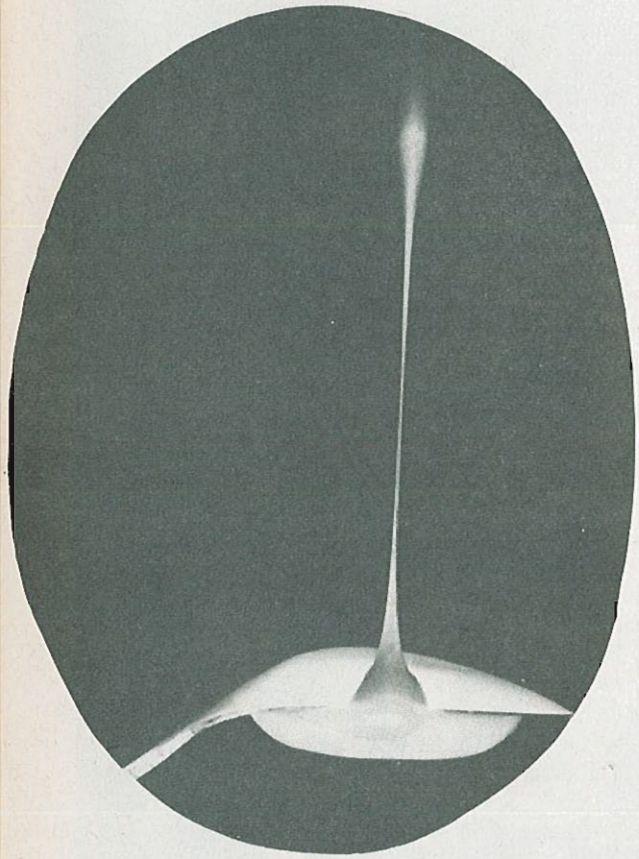
**A desiguales ingresos, diferentes hábitos**

**"A medida que disminuye el ingreso se observa una tendencia hacia la realización de actividades manuales, la lectura y la asistencia a los parques",** y conforme aumentan las percepciones se advierte que son más frecuentes otro tipo de actividades culturales y recreativas, tales como asistir a restaurantes, escuchar música y practicar algún deporte.

Llama la atención que el 56 por ciento de los entrevistados señalan que dedican por lo menos tres horas diarias a la televisión, sobre todo en los estratos C y E. En este último nivel se advierte que el 43 por ciento de la población se expone más de tres horas diarias a este medio de comunicación.

La investigación ilustra una vez más la heterogeneidad existente en los perfiles de consumo de la población urbana, fenómeno directamente vinculado con la diversidad en los niveles socioeconómicos que en ella existen. De todos modos, resalta algo como para ser tomado en cuenta: a los estratos de ingresos más reducidos les cuesta readaptar sus hábitos de consumo. **"Parece ser** —advierte como conclusión final el estudio— **que son los estratos C, D y E, los que requieren especial atención en la orientación de hábitos y patrones de consumo más deseables, ya que se observa que en los distintos renglones tratan de adoptar patrones que le son inaccesibles"**





# Cuando se come mucho y mal

**Huevos estrellados y sin estrellar, con tocino, jamón, mantequilla, mucha mantequilla... Y además, paté, mayonesa y queso crema... Para algunos compatriotas, éste es el desayuno preferido. Claro, igualito a los "del otro lado".**

**Pero lo que los imitadores locales ignoran es que siguen tomando como bueno lo que allá va siendo descartado.**

**Sucede que según los últimos estudios, la peligrosa relación entre colesterol, dieta y enfermedad cardíaca ha dejado de ser una sospecha y ya es una evidencia.**

Hace siete años, en 1977, la comisión especial formada en el **Senado de los Estados Unidos de América** para considerar la cuestión nutricional, recomendaba urgentes medidas dietéticas a seguir por el conjunto de la población. **"Los patrones alimenticios de este siglo representan una preocupación de carácter tan crítico desde el punto de vista de la salud pública como nunca antes"**, decía el *Informe* del "Comité Selecto".[1]

No era para menos. Las enfermedades cardiacas hacían estragos —se estimaba que uno de cada tres hombres podía sucumbir por su causa o por ataques cerebrales antes de los 60 años de edad— y los especialistas atribuían a la dieta gran responsabilidad en esta situación. El "*Estudio Framinghan*", efectuado entre 1949 y 1969, había detectado la alta asociación existente entre la actividad coronaria y los llamados "factores de riesgo": elevado porcentaje de colesterol sanguíneo, hipertensión arterial, **diabetes mellitus**, tabaquismo y obesidad. Por eso, aunque aún faltaban comprobaciones científicas, el Comité recomendó, entre otras cosas, reducir drásticamente el consumo de grasas (en especial las saturadas) y de colesterol.

### Los depósitos bloqueadores

Más allá de tales inferencias, **las evidencias acerca de los efectos nefastos de la excesiva ingestión de ciertos alimentos se han comprobado plenamente**. A principios de este año fueron publicados los resultados de una investigación efectuada en Estados Unidos entre 1973 y 1983 en casi 4 mil adultos. En ellos, no sólo se reafirma la relación de causa-efecto entre dieta de

*Foto: JAVIER VALLEJO*

alto contenido en colesterol y mortalidad coronaria, sino que se enfatiza la mayor gravedad que esta situación reviste entre las personas jóvenes.

¿Qué es el colesterol? Se trata de un lípido indispensable para la vida del hombre cuya presencia en el organismo proviene de dos fuentes: la síntesis que se produce en las células y la dieta que se consume. En dosis excesivas se deposita en los conductos vasculares contribuyendo a formar los "ateromas", esos cuerpos que bloquean dichos conductos originando la ateroesclerosis.

**"El colesterol es una sustancia exclusiva del reino animal, por lo que se encuentra solamente en los alimentos provenientes de ese reino (huevo, leche y derivados, carne...) concentrándose en la fracción lipídica de dichos alimentos, como es la yema de huevo, por ejemplo"**, afirma el Dr. Héctor Bourges en su trabajo "Ateroesclerosis, colesterol y dieta".[2] Cuando se ingiere en cantidades que superan los 300 miligramos diarios el riesgo de afección cardiaca crece.

**Dónde está el riesgo**

Obviamente, una dieta variada, rica en fibra y vegetales y mesurada en azúcares y grasas, nos libera de estos temores. Pero no es esto lo habitual entre ciertos sectores que comen en exceso. ¿Sabe usted qué cantidad de colesterol tienen varios de los alimentos que algunos consumen con frecuencia? Es la siguiente:

(en 100 g de alimento)

| | | |
|---|---|---|
| Sesos ..... | 1,810 mg | |
| Huevo ..... | 1,200 | c/pieza |
| Paté de hígado ... | 357 | |
| Hígado ..... | 320 | |
| Riñón ..... | 301 | |
| Chicharrón ..... | 290 | |
| Pancita ..... | 280 | |
| Mayonesa ..... | 243 | |
| Mantequilla ..... | 228 | |

Y la lista puede continuar con el queso crema, el salami, el camarón, el chorizo... No es demasiado complicado calcular que uno sólo de los famosos desayunos abundantes en algunos de esos alimentos hace triplicar y hasta cuadruplicar la recomendación de 300 miligramos diarios. De ahí que haya que tomar medidas urgentes y seguir las indicaciones de los especialistas. Al respecto, la dieta del *Instituto Nacional de Nutrición* se basa en ciertos criterios básicos que conviene tomar en cuenta:

- Entre los productos de origen animal prefiera las carnes de ave y de pescado y en general las magras. Con 100 gramos de carne diarios alcanza y sobra. No ingiera más de tres huevos por semana y aproveche la clara.
- Use la menor cantidad de grasa y elija los aceites vegetales, eliminando grasas y mantequillas.
- Consuma abundantemente cereales y leguminosas, frutas y verduras.
- No tome más de un vaso de leche diario (en lo posible, descremada), ni más de 40 gramos de queso (requesón o cotagge preferentemente).

En síntesis: pese a que nuestro país presenta serios índices de desnutrición, el exceso en ciertos alimentos también origina problemas. En este sentido, hay que tener en cuenta el aumento —registrado en los últimos años— en las muertes por enfermedad cardíaca. Así, los estudios realizados en Estados Unidos son una llamada de atención que no es posible desoír. De hacerlo, las consecuencias se pagarán en la salud de la población con, además, serias consecuencias económicas. **"En Estados Unidos** —afirma Héctor Bourges— **ocurrieron en 1976 un millón y cuarto de ataques cardiacos. El costo de atención de esos ataques equivale a la mitad de la actual deuda externa de México"**

**Lila Pastoriza**

[1] **"Metas dietéticas para Estados Unidos,** Informe preparado por el *Comité Selecto del Senado de los Estados Unidos sobre la Nutrición y Necesidades Humanas.* **Enero 1977, U.S. Senate Report.**

[2] **"Ateroesclerosis, colesterol y dieta"**, Héctor Bourges, *Cuadernos de Nutrición* Vol. 7, No. 5, sept./oct. 1984.

*Foto: CARLOS MACIAS*

## Cambia la canasta

# En consumo de alimentos el único patrón es el ingreso

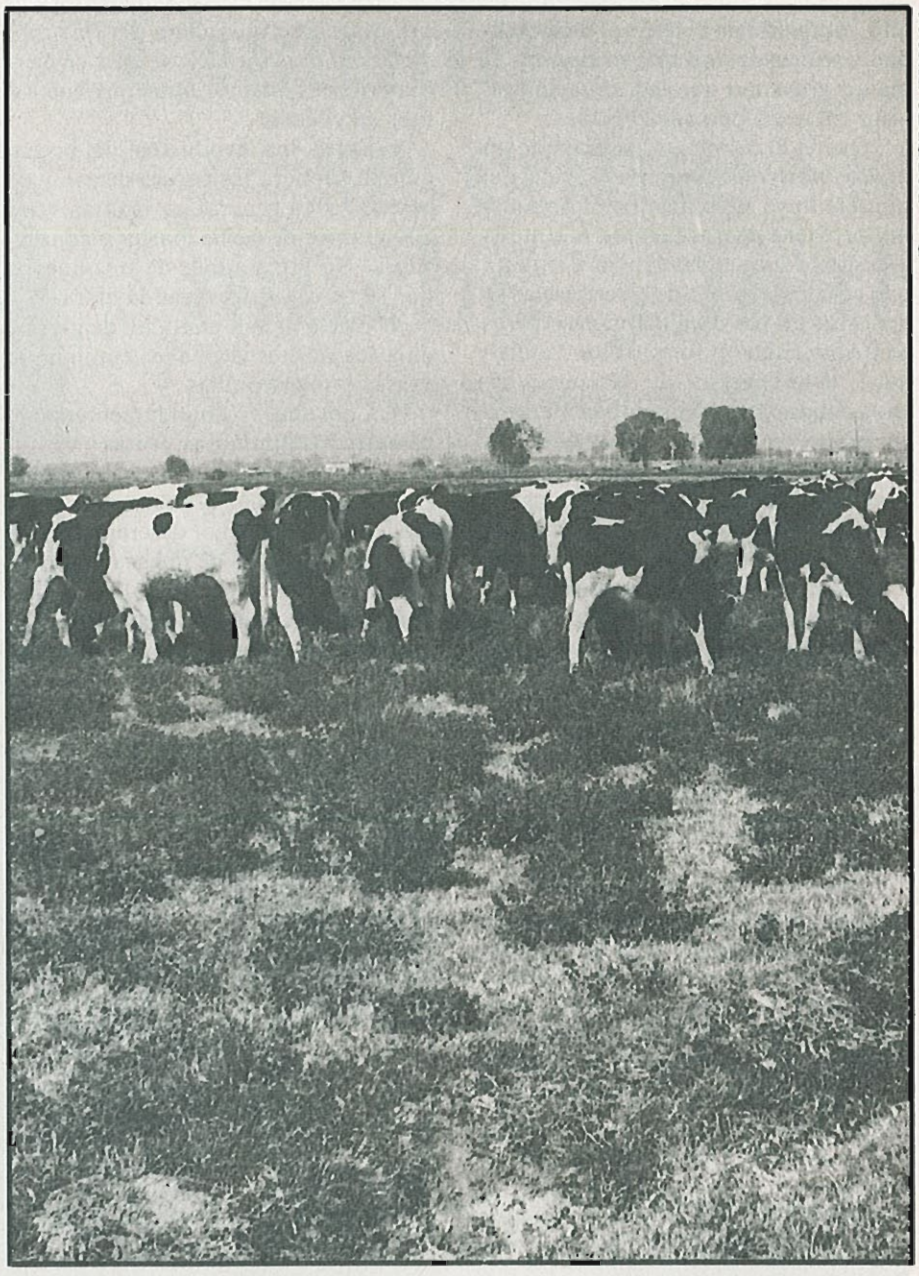


Foto: ROBERTO TINOCO

En los últimos años se han producido importantes modificaciones en los hábitos de consumo de la población urbana del país. El fuerte incremento en el consumo de productos de origen animal y alimentos procesados industrialmente, gestado desde los años sesenta, cede ante las restricciones económicas y conjuntamente se ha iniciado una recomposición de la canasta básica,donde los productos más encarecidos son sustituídos por otros más baratos y accesibles.

De tal modo, las transformaciones dietéticas que implican esos cambios se relacionan —sin duda— con la profundidad y duración de los desequilibrios económicos, y sus expresiones cotidianas en los niveles de empleo, los precios y el poder adquisitivo de sueldos y salarios.

En años no muy lejanos, el largo proceso de crecimiento del país modificó las costumbres y hábitos alimentarios de la población urbana —y en general del conjunto de la población—; así, por ejemplo, desde hace poco más de dos décadas el consumo de productos de origen animal e industrializados se extiende a nuevos grupos sociales, a la vez que se van abandonando algunos alimentos tradicionales. La costumbre de ingerir alimentos preparados en el hogar y ciertas técnicas caseras —como la elaboración de tortillas a mano—, prácticamente desaparecen. Simultáneamente aumenta la frecuencia de las comidas fuera de casa y se incrementa el consumo de alimentos de fácil y rápida preparación, como enlatados y pastas. En determinados sectores sociales, la alimentación infantil se transforma casi desde la misma época de la lactancia; sólo hay que recordar que en la actualidad una gran cantidad de nuevas madres no dan pecho a sus hijos, y otras tantas lo hace durante un lapso menor al de tres semanas.

En este panorama, es importante señalar que el perfil dietético desarrollado en esas décadas se asocia a un conjunto de fenómenos que afectan tanto a la estructura de la producción de alimentos, como a su industrialización, comercialización y consumo.

En tal sentido, por ejemplo, cobra dinamismo la ganadería, surgen nuevas ramas agroindustriales y se modifica el patrón de cultivos agrícolas. Se acelera el proceso de urbanización y el crecimiento de nuevos grupos sociales, cambiando sustancialmente las expresiones y formas culturales de consumo —en todos los planos— por parte de los diversos sectores sociales.

También se modifica el mercado de trabajo, incorporándose la mujer a varias actividades y áreas laborales. Los medios de comunicación se revolucionan y la publicidad acentúa sus mecanismos de manipulación, recortando progresivamente las posibilidades de selección y decisión autónoma por parte del público. Y en el marco de la estabilidad en los precios —sobre todo en los años sesenta—, los ingresos familiares observan un relativo aumento.

Todos estos factores impusieron un patrón de consumo alimentario que a comienzos de los ochenta muestra síntomas de cambio a raíz de la agudización de la crisis.

Desde luego, es difícil hablar de una dieta de consumo generalizada para la población urbana del país. Existen notables diferencias en la composición del gasto alimentario y en su proporción respecto del gasto total, que por el contrario, expresan la existencia de un amplio abanico de posibilidades, gustos y preferencias en el consumo.

Sobre esta base, a fin de ilustrar algunos de los cambios que se han desarrollado en el perfil alimentario urbano, consideremos —para la ciudad de México— el caso concreto de los productos de origen animal, sus variaciones en el tiempo, y la estructura del consumo de acuerdo a los diferentes niveles de ingreso.

## Producción y consumo de productos de origen animal

A partir de la década de los sesenta y en el marco de una profunda crisis agrícola, las actividades pecuarias registran —por el contrario— un impulso sin precedentes. El sistema bovino de carne se expande a nuevas regiones del país, como el sureste, para responder a los crecientes requerimientos del mercado interno. Por su parte, en los estados del norte la exportación de carne deshuesada y de becerros en pié vive un periodo de auge impulsado por la demanda proveniente de Estados Unidos de América.

Con ello, se amplía la superficie de tierras dedicadas al pastoreo extensivo, fenómeno que afectó frecuentemente áreas de cultivo de granos básicos y que en otros casos origina deterioro ecológico.

A su vez, los sistemas avícola y porcícola, y sectores de la ganadería bovina de leche, en particular la estabulada y en menor medida la semiestabulada, se desarrollan bajo métodos de producción intensiva.

Una consecuencia de estos últimos procesos se halla en la creciente demanda de alimentos balanceados para la alimentación ganadera y, por tanto, el requerimiento de granos a la nueva rama agroindustrial elaboradora de estos alimentos. Es así que en el periodo se observa un desplazamiento de la superficie dedicada a granos de consumo humano a favor de los cultivos de consumo animal. Un ejemplo típico es la sustitución del maíz por el sorgo.

En gran medida, el impulso y los cambios observados en la producción ganadera responden a un marco internacional que estimula y que, en ocasiones, apoya financieramente este crecimiento. Sin embargo, el mayor incentivo provino de las transformaciones de la demanda interna, en particular de la correspondiente a las grandes ciudades.

En efecto, a partir de los años sesenta el consumo de productos de origen animal aumenta considerablemente en los centros urbanos. En el caso de la ciudad de México, por ejemplo, la carne de res, cerdo y ave, los huevos, la leche y algunos de sus derivados (como el queso), se incorporan a los menús de buena parte de las familias. La dieta urbana se empieza a "carnificar".

Desde luego el acceso a estos productos resulta evidentemente desigual. A medida que se eleva el ingreso y el gasto en alimentación, se va pasando a una dieta en que los productos de origen animal, así como los alimentos industrializados, cobran importancia.

En los resultados obtenidos en el estudio "100 días en el consumo familiar" elaborado por el INCO se observa que en 1982 el consumo más elevado de carne de res se presenta en el estrato superior de ingresos, en tanto que el consumo de huevos y carnes de aves es más elevado en el estrato inferior. Por su parte la carne de ave casi no se incorpora a la dieta de los estratos de mayores ingresos, mientras que el queso es poco frecuente en los menús de los estratos de menores ingresos. Los productos animales más consumidos durante 1982 fueron, en orden de importancia, leche, huevo, carne de res, queso y carne de aves.

En lo que hace a la leche, si bien registra un consumo generalizado en la población encuestada (en total 120 familias), las proporciones varían del estrato de ingreso más alto, que siempre desayuna con leche, al más bajo, donde sólo el 77 por ciento de los entrevistados afirmó consumir el producto en la primera comida del día; diferencias en el consumo de leche que se mantienen —para estos niveles socio-económicos— en los menús de la cena, donde la leche es reemplazada frecuentemente, en el estrato bajo, por simple café o té.

## La crisis y las variaciones en el consumo

La problemática económica incide directamente en el consumo de diversos productos, particularmente en los de origen animal. En algunos casos, prácticamente se descartan de la dieta familiar. En otros, son sustituídos por productos más baratos y accesibles.

De acuerdo con el estudio elaborado por el INCO, carne, huevo y leche figuran entre los productos cuya demanda sufre mayores oscilaciones en función de las variaciones en el nivel de ingreso.

Como en otros casos, el efecto de la crisis es desigual. En el estrato de ingresos bajos se observa la mayor restricción en el consumo de estos productos. No sucede así en los niveles de altos ingresos, que mantienen el consumo usual de los mismos.

Llama la atención, en este panorama, que en el estrato bajo el principal producto sustituído sea la leche, que es reemplazada por café o té. La carne es paulatinamente reemplazada por frijol y en menor medida por huevo. El 11 por ciento de los entrevistados señalan que la han suprimido de la mesa familiar.

En los estratos medios, la carne es sustituída, en el 32 por ciento de los casos, por huevo, y es suprimida en el 7 por ciento de los encuestados. Los lácteos son cancelados en familias ubicadas en los tres estratos considerados.

**¿Hacia un deterioro nutricional?**

Las variaciones en el consumo de productos pecuarios expresan un fenómeno más general, vinculado a un cambio en los hábitos y costumbres alimentarias de los estratos urbanos de ingresos bajos y medios.

Las modificaciones parecen orientarse hacia una especie de "regresión dietética"; el consumo de productos animales e industriales (aunque todavía importante en los niveles sociales medios y altos), tiende a bajar y desafortunadamente también el de frutas y verduras.

De continuar esta tendencia, el desenlace no es difícil de preveer: se ahondarán los desequilibrios nutricionales entre amplios sectores de la población.

Sin embargo, habría que advertir que la mencionada "regresión dietética" ocurre en un contexto radicalmente distinto al que existía veinte años atrás.

El país se ha modernizado, y ello configura un nuevo marco condicionante en relación a hábitos y costumbres alimentarias.

La magnitud y alcances de las modificaciones en los patrones dietéticos habrán de definirse, así, en la encrucijada que forman la crisis y las transformaciones que ocurren en la sociedad mexicana.

Las anteriores observaciones pueden demostrar que no hay un patrón de consumo, como el que se ha tratado de volver homogéneo en diversas capas sociales, alentado por fuertes campañas publicitarias y por los grupos internos de mayores ingresos, y donde la mala alimentación frecuentemente se expresa no en la carencia sino en el exceso calórico-proteico de ciertos artículos cárnicos e industrializados.

La diversidad en las formas de alimentación es muy grande y el país tiene una enorme riqueza culinaria en términos culturales. La crisis podría ser buen momento para contrarrestar las tendencias que hoy se perfilan hacia la imposición cultural de un patrón alimenticio, y de otro lado, podría ser una coyuntura propicia para revivir una cultura social que se ha ido extinguiendo con el México moderno

**Juan de la Fuente Hernández**

# El regreso al maíz y al frijol

La sustitución de productos de la canasta básica de consumo por alimentos de precios más accesibles de acuerdo al ingreso familiar disponible, es una práctica generalizada entre la población de la ciudad de México, a raíz de la agudización de los desajustes económicos durante los primeros años de la década de los ochenta.

El fenómeno guarda relación con el estrato socieconómico de que se trate: a mayores ingresos las variaciones no observan gran significación, y a menores ingresos la sustitución cobra importancia.

En este último caso el frijol se ha convertido en el principal sustituto de las frutas y legumbres, del pescado y de las carnes; asimismo, la sopa de pasta ha empezado a "desplazar" de la mesa familiar al arroz, al pescado y a la carne. En esta guerra de posiciones, la tortilla le está ganando la partida al pan de trigo.

Los cambios enunciados parecen confirmar una tendencia de consumo alimentario que desde tiempo atrás se viene advirtiendo: el maíz y el frijol constituyen alimentos básicos en la canasta de consumo de los estratos de menores ingresos.

**Proporción de familias de los diferentes niveles socioeconómicos que sustituyeron productos de la canasta básica**

**Distribución de las respuestas de las familias de los niveles socioeconómicos**

| PRODUCTO | | BAJO | | | MEDIO | | | ALTO | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Sustituido | Sustituto | Sustituyó | No sustituyó | No contestó | Sustituyó | No sustituyó | No contestó | Sustituyó | No sustituyó | No contestó |
| Aceite | Manteca | 72 | 27 | 1 | 10 | 90 | — | — | 100 | — |
| Arroz | Sopa de pasta | 71 | 26 | 3 | 9 | 90 | 1 | — | 100 | — |
| Leche (a) | | | 24 | 2 | | 91 | — | — | 99 | 1 |
| | Café | 61 | | | 8 | | | — | — | — |
| | Té | 13 | | | 1 | | | — | — | — |
| Azúcar (Refinada) | | | 24 | 2 | | — | 92 | — | 100 | — |
| | Piloncillo | 23 | | | — | | | — | | |
| | Azúcar Estandar | 51 | | | 8 | | | — | | |
| Frutas y Legumbres | | | 24 | 6 | 10 | 88 | 2 | | 97 | — |
| | Mermelada | 6 | | | 1 | | | 3 | | |
| | Frijol | 64 | | | 9 | | | | | |
| Pescado | | | 31 | 19 | | 31 | 4 | — | 79 | 21 |
| | Sopa de pasta | 8 | | | 5 | | | — | | |
| | Legumbres | 6 | | | 25 | | | — | | |
| | Frijol | 36 | | | 35 | | | — | | |
| Carne y Embutidos | | | 29 | 3 | | 62 | 6 | | 88 | — |
| | Huevo | 9 | | | 28 | | | 12 | | |
| | Legumbres | 7 | | | 3 | | | — | | |
| | Frijol | 42 | | | 1 | | | — | | |
| | Sopa de | 10 | | | — | | | — | | |
| | Sopa de Pasta | 10 | | | — | | | — | | |
| Refrescos (b) | | | 29 | 15 | | 26 | 19 | | 87 | — |
| | Agua de Frutas | 4 | | | 31 | | | 9 | | |
| | Agua Natural | 52 | | | 24 | | | 4 | | |
| Pan | Tortilla | 68 | 30 | 2 | 1 | 97 | 2 | — | 96 | 4 |

*(a) Incluye leche pasteurizada, en polvo, condensada y evaporada.*
*(b) No se contempla dentro de la canasta básica.*

*FUENTE: Investigación directa. Departamento de Bienes y Servicios; Dirección Técnica, INCO.*

# Por defectos de fábrica: cuantiosas fugas de agua en los muebles de baño

**Mal diseño y defectos de fábrica en la mayor parte de los muebles sanitarios (retretes, inodoros, W.C., excusados o tazas) existentes en el mercado, provocan cuantiosos desperdicios del agua potable que llega a las casas habitación, además de molestias (y pérdidas) a los usuarios.**

**El Departamento de Ingeniería del INCO así lo verificó en un estudio sobre muebles de baño de línea económica. En dicho estudio, evaluó las características cualitativas de aquellos, e incluyó en la inspección los aditamentos y el sistema mecánico de funcionamiento; además, recopiló la experiencia y opinión de 100 usuarios sobre su funcionamiento.**

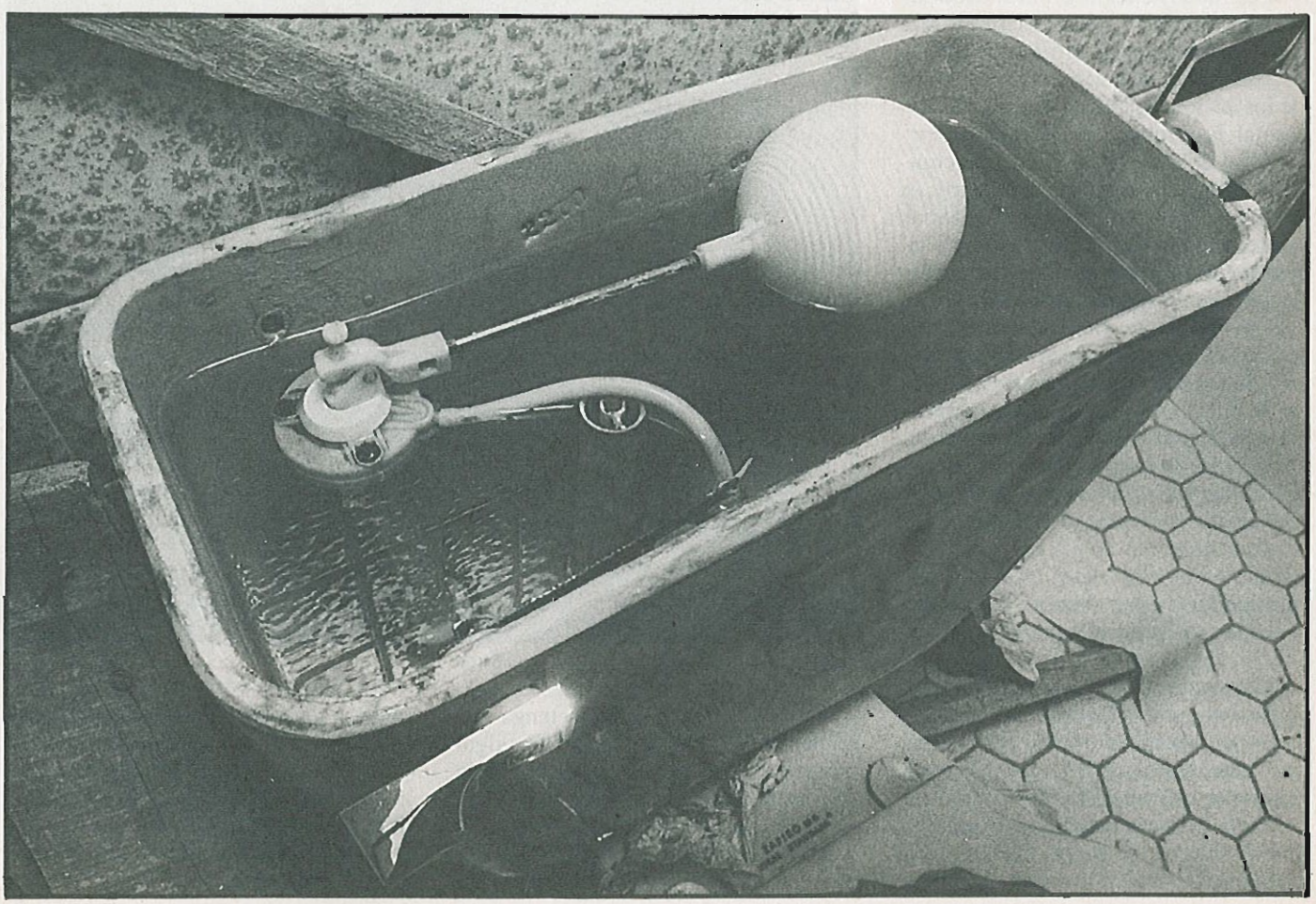


*Foto: JAVIER VALLEJO*

**Evaluación del funcionamiento**

La prueba consistió en depositar en la taza de seis muebles de la denominada "linea económica" de las marcas *Anfora, Nacesa, Orión, Lamosa, Vitromex* e *Ideal Standar*, una carga normalizada consistente en seis pequeñas bolas de papel sanitario (cuatro hojas sencillas) y seis piezas de esponja sintética.

En las pruebas con el tanque lleno —nivel recomendado por el fabricante 15 litros promedio—, se mostró que ninguna marca alcanzó una eficiencia total, o sea, un desalojamiento íntegro de la carga en todas las ocasiones de las diez pruebas que se hicieron a cada una.

El mejor comportamiento lo registró el mueble de la marca *Nacesa*, cuya eficiencia resultó en un 99.1 por ciento. Las marcas *Lamosa, Orión* e *Ideal Standard* se ubicaron luego, con eficiencias de 97.3, 96.5 y 94.7 por ciento respectivamente.

Las menos eficientes resultaron ser *Anfora* (83.3) y *Vitromex* con un 77.2 por ciento; de estas últimas, la marca *Vitromex* fue la única que en ninguno de los accionamientos fue capaz de desalojar la totalidad de la carga.

A fin de tener una visión más completa sobre los muebles sanitarios, se hicieron pruebas complementarias con el **tanque parcialmente lleno**, disminuyendo la carga del tanque al 90 y 75 por ciento de su capacidad.

Los resultados fueron aún más desastrosos, ya que en tres de las diez pruebas en los muebles *Orión* y *Lamosa*, la eficiencia de desalojo fue alrededor del 90 por ciento y el resto menor; los demás sanitarios sólo en una ocasión alcanzaron eficiencia de 50 a 85 por ciento en desalojar la carga.

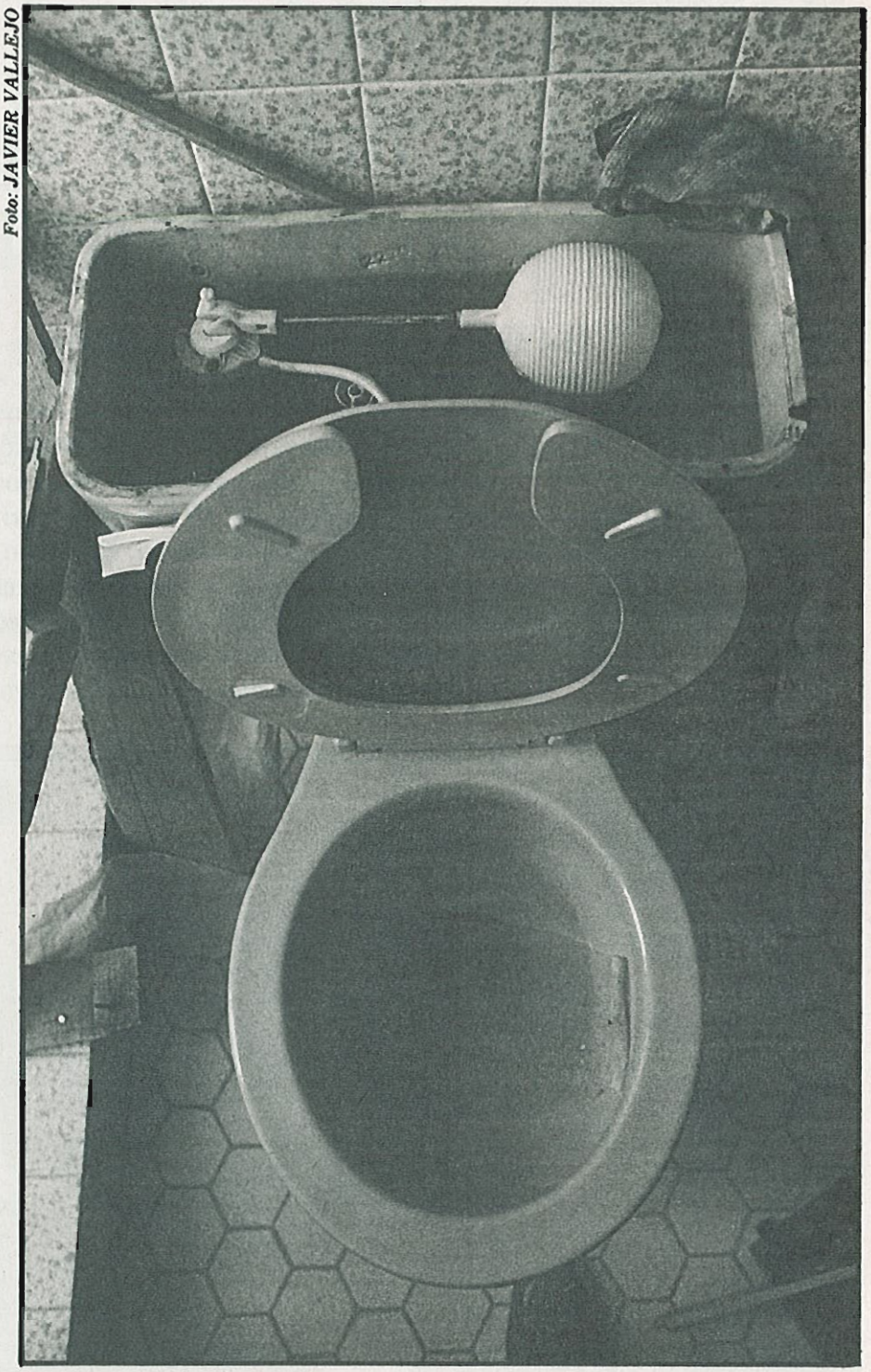


Foto: JAVIER VALLEJO

**Alternativas para ahorrar y no desperdiciar el agua**

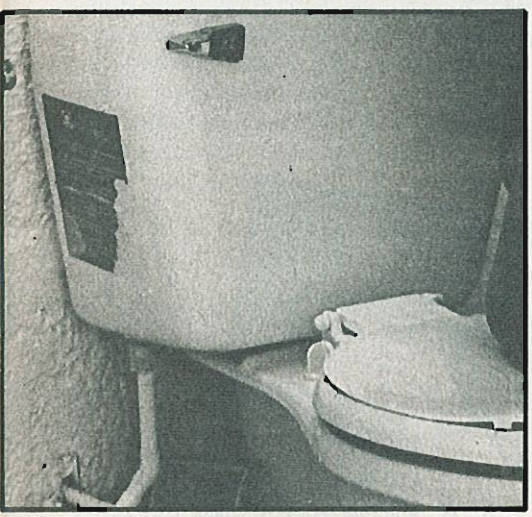
Los técnicos del *Centro de Pruebas y Análisis para el Consumo* (CEPAC), lograron obtener solución para el mejor funcionamiento de los inodoros mediante dos alternativas.

En la primera de ellas, se diseñó un nuevo tanque de forma vertical, que con tan sólo nueve litros de agua hace que cualquier taza de baño tenga una eficiencia del 100 por ciento. En algunas marcas se puede lograr esta eficiencia con solamente seis litros.

Otra alternativa consiste en que el mismo tanque actualmente instalado en los muebles en uso, se eleve 30 centímetros sobre el nivel de la taza, para que a través de una conexión adecuada y muy económica se pueda reducir la cantidad de agua del tanque, de tal manera que también con nueve litros todos los muebles alcancen una eficiencia del 100 por ciento.

**EFICIENCIA DE MUEBLES SANITARIOS**

| MARCA | TANQUE DE AGUA Nivel 100% | | Nivel 90% | | Nivel 75% | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Eficiencia % | Confiabilidad % | Eficiencia % | Confiabilidad % | Eficiencia % | Confiabilidad % |
| Anfora | 83 | 30 | 57 | 0 | 50 | 0 |
| Nacesa | 99 | 90 | 76 | 10 | 50 | 0 |
| Orión | 96 | 70 | 92 | 30 | 84 | 10 |
| Lamosa | 97 | 70 | 88 | 30 | 69 | 10 |
| Vitromex | 77 | 0 | 50 | 0 | 50 | 0 |
| Ideal Standard | 94 | 50 | 87 | 10 | 83 | 10 |



**Más sobre problemas de diseño**

El consumo de agua por el uso del mueble sanitario se multiplica y se hace dispendioso según el diseño y los defectos verificados.

El promedio de capacidad de los tanques de agua para inodoros que existen actualmente es de 15 litros. En el supuesto de que cada uno de los seis miembros de una familia tipo lo utilizara dos veces al día, gastan 180 litros de agua.

Pero, si se modificaran los diseños generales que operan actualmente en los hogares en el sentido indicado por los especialistas del CEPAC, se podría ahorrar todavía más agua. Veamos: por familia se gastarían 108 litros de agua —en lugar de los 180—, lo que implica un ahorro de 72 litros, que multiplicados por los 7 millones de inodoros estimados que hay en la República suman 504 millones de litros.

En contraste, Jorge Legorreta, especialista del *Centro de Ecodesarrollo* —institución no gubernamental—, expone que se calcula para una casa habitación normal, un consumo de 150 litros de agua por persona al día, y agrega que, sin embargo, la mala distribución aunada a la escasez del líquido hace que en los barrios populares el consumo se reduzca a 10 litros; en tanto que en las zonas residenciales, se eleva hasta 750 litros diarios por persona.

**Experiencia de los consumidores**

El resultado de la encuesta entre 100 usuarios señala que el 35 por ciento de los mismos se queja de tener fugas en sus sanitarios; el restante 65 por ciento no tiene actualmente este problema, pero de este último porcentaje, el 33 por ciento manifestó haber tenido fugas anteriormente y que éstas ya han sido corregidas.

Las personas que expresaron haber tenido fugas en sus muebles sanitarios (un 68 por ciento), señalaron distintos tipos de causas:

* Un 21 por ciento de las fugas se registraron en el obturador de salida de agua del tanque a la taza, siendo lo más frecuente que el diafragma del obturador no embona perfectamente con el orificio de salida.

* El 49 por ciento afirmó haber observado fugas por el rebosadero del tanque, debido a un mal funcionamiento del flotador.

* Un seis por ciento reportó fugas a través del orificio de la palanca. Finalmente, los menores porcentajes se registraron en fugas por el empaque del tubo de suministro de agua, por fracturas o grietas en el recipiente o tanque y fugas en la base de la taza.

De las reparaciones realizadas destaca como la más frecuente el cambio del flotador. En un doce por ciento fue necesario cambiar el conjunto total de accesorios, mientras que el seis por ciento menciona haber reparado el hilo o alambre que sujeta y hace accionar el obturador; por último, el cambio del empaque de la taza y el cambio del tubo alimentador correspondió a muy pocos casos.

Cabe destacar que los muebles sanitarios de "línea económica" tienen diseños incompatibles entre sí, imposibilitando al consumidor el reponer alguna pieza a menos que sea de la misma marca; como es lógico ello deriva en altos costos por reposición, al verse obligado el consumidor a adquirir las refacciones en ferreterías y almacenes especializados.

**Recomendaciones al usuario**

Periódicamente revise el funcionamiento de los aditamentos del retrete ya que estos son causa de fugas imperceptibles.

Procure mantener limpio el tanque; principalmente en aquellas zonas donde embona el obturador.

Revise periódicamente el funcionamiento del flotador (que esté calibrado y no haya perdido su hermeticidad).

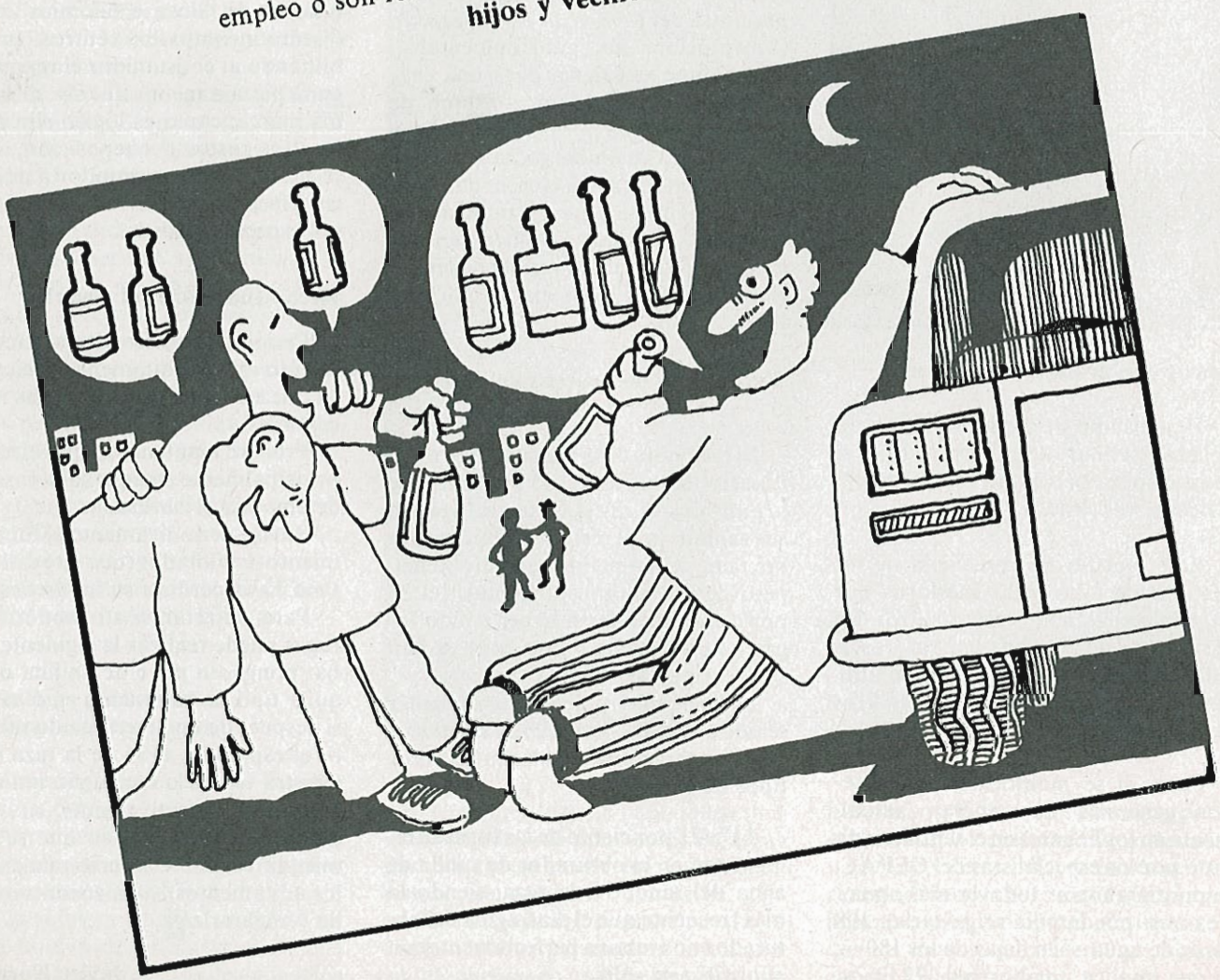
Para detectar si su inodoro tiene fugas puede realizar la siguiente prueba: ponga un poco de anilina o cualquier tipo de coloración en el tanque, si después de un determinado momento el espejo de agua de la taza se encuentra teñido o con algún indicio de coloración, efectivamente su mueble tendrá fuga, por lo que se recomienda revisar el funcionamiento de los aditamentos hasta encontrar la falla y repararla

**Javier Kuramura**

## Humor en serio

# ¿Cuántos grados tiene usted de alcoholismo?

**Si es usted de los que bebe una canastilla de cerveza cuando ve futbol, o dos cubas antes de comer y una botella de brandi los viernes en la tarde, es posible que forme parte de los 6.5 millones de mexicanos que el lunes faltan al trabajo, destruyen un coche cada seis meses, nunca ascienden en su** empleo o son rechazados por sus cónyuges, **hijos y vecinos.**



Es decir, es probable que usted sea un alcohólico, pero que el pudor que aún le queda le permita presumir que sólo bebe en las reuniones de negocios, el 10 de mayo, el día de su cumpleaños, en navidad y año nuevo; que cuando llega a su casa los fines de semana como "trapeador" le explique a la familia que el exceso de trabajo lo marea y que la falta de dinero no es atribuible a sus gastos para adorar a Baco, sino a la crisis que a todos nos aqueja.

Si usted es una de estas personas, ahora que pasaron las celebraciones de fin de año le conviene contestar este cuestionario lo antes posible y con la más absoluta veracidad, para averiguar qué lugar le corresponde entre los "alcohólicos más destacados del país". Si, por el contrario, ya conoce el sitio que ocupa, nada pierde si lo confirma, marcando con una X la respuesta correcta en los siguientes dos cuestionarios. Suerte.

—A—

1.- ¿Pierdo tiempo en el trabajo por culpa de la bebida?
Si ( ) No ( )

2.- ¿Causo problemas en mi vida familiar por mi manera de beber?
Si ( ) No ( )

3.- ¿Bebo a veces para evitar la timidez que me ocasiona el trato con otras personas?
Si ( ) No ( )

4.- ¿Afecta la bebida mi reputación?
Si ( ) No ( )

5.- ¿Estando ebrio realizo actos que no haría sobrio?
Si ( ) No ( )

6.- ¿Cuando bebo me reúno con personas que no frecuentaría en caso de estar sobrio?
Si ( ) No ( )

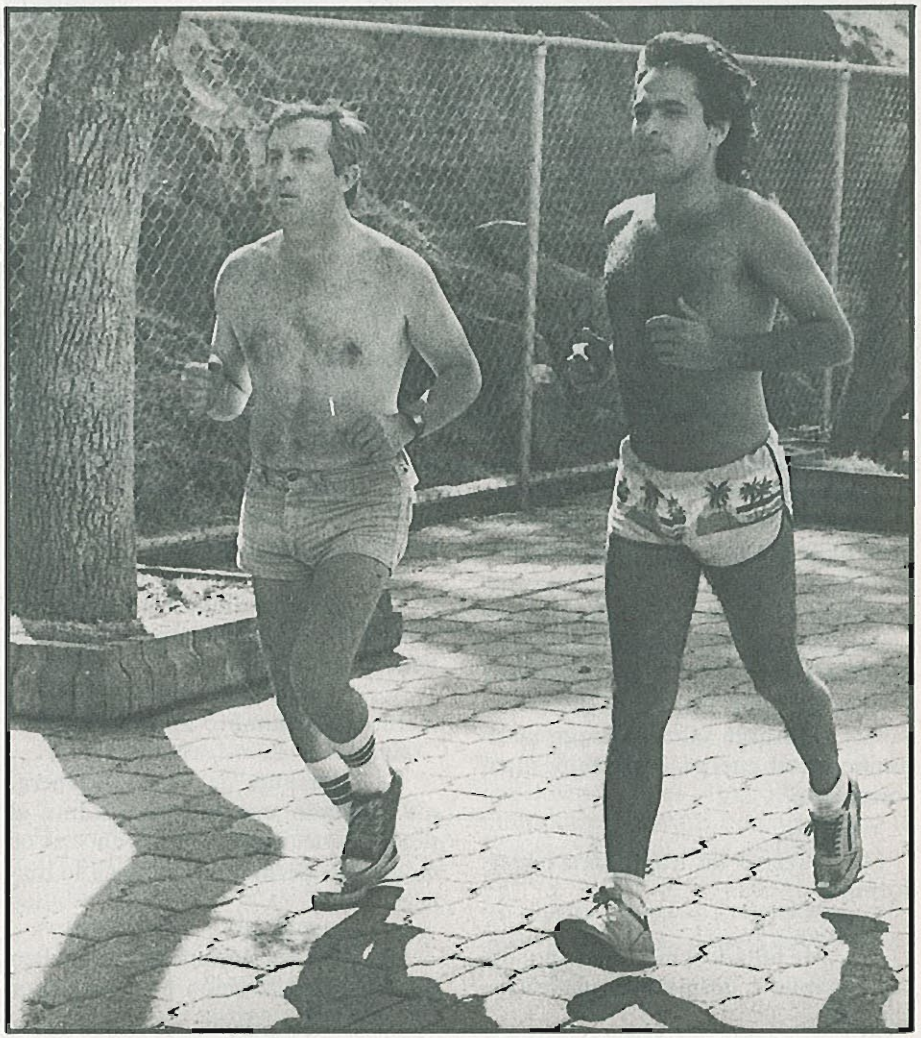
7.- Cada vez que me junto con mis amigos ¿es para beber con ellos?
Si ( ) No ( )

8.- ¿Me he visto en apuros de dinero a consecuencia de la bebida?
Si ( ) No ( )

9.- ¿Descuido el bienestar de mi familia por la bebida?
Si ( ) No ( )

10.- ¿Han decaído mis aspiraciones desde que bebo?
Si ( ) No ( )

*Foto: CARLOS MACIAS*



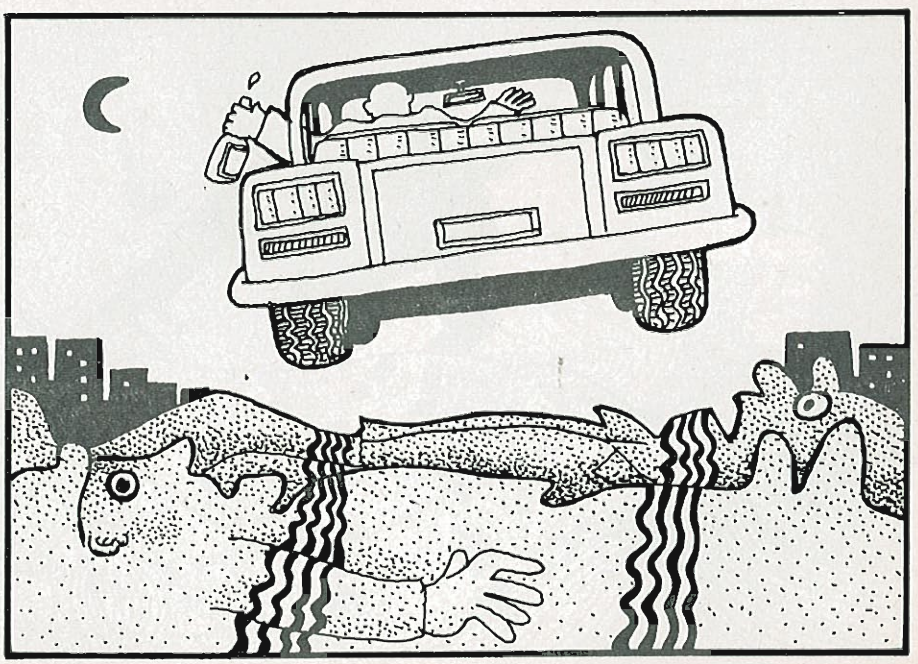


Foto: CARLOS MACIAS

*Búsquele, búsquele, búsquele... siempre encontrará diversión sin alcohol.*

11.- ¿Algunas veces me emborracho cuando tengo pendiente algo importante?

Si ( ) No ( )

12.- ¿Necesito un trago a ciertas horas del día?

Si ( ) No ( )

13.- ¿Me hace falta un trago para componer el cuerpo después de una borrachera?

Si ( ) No ( )

14.- ¿Preciso un trago para poder dormir?

Si ( ) No ( )

15.- ¿He faltado a mi trabajo por estar tomando o después de una borrachera?

Si ( ) No ( )

16.- ¿Alguna vez bebo para escapar de mis preocupaciones?

Si ( ) No ( )

17.- ¿Ha disminuido mi eficiencia y rendimiento en el trabajo desde que bebo?

Si ( ) No ( )

18.- ¿Acostumbro a beber solo?

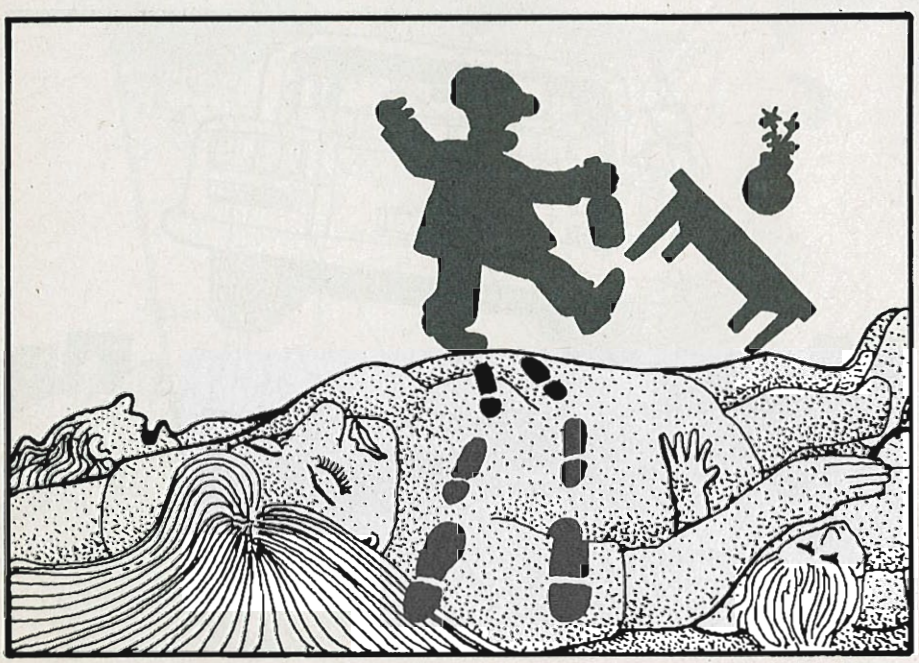
Si ( ) No ( )

19.- ¿Después de una borrachera, me he dado cuenta que durante el tiempo que estuve ebrio, en ciertos momentos perdí conciencia de lo que hacía?

Si ( ) No ( )

20.- ¿He tenido que ver al médico por alguna alteración producida por la bebida?

Si ( ) No ( )



# Los grados de su bebida

La ingestión periódica de alcohol provoca en el cuerpo humano alteraciones físicas y mentales, variando el daño producido en relación con la cantidad consumida y la gradación de la bebida.

De acuerdo con las investigaciones reunidas por el Instituto Nacional del Consumidor, cualquier tipo de licor, tomado en exceso, lesiona inexorablemente el cuerpo del hombre, principalmente el cerebro. Esto es así porque la constitución propia del organismo humano imposibilita la ingestión periódica o frecuente de alcohol que, a diferencia de lo que algunas personas suponen, no contiene proteínas, sales minerales o vitaminas.

Por el contrario, el principal elemento de las bebidas embriagantes —el **etanol**— sólo produce calorías que se queman muy rápidamente. Si bien es cierto que el **etanol** ayuda a las necesidades energéticas del cuerpo, es incapaz de reparar tejidos o crear otros nuevos, el exceso de calorías que produce contribuye únicamente a incrementar la obesidad del individuo y a afectar sus cualidades físicas y mentales.

El daño depende de la cantidad de bebida ingerida y de su gradación alcohólica. Las bebidas con menos cantidad de etanol, según una lista preparada por el Instituto, son: el pulque, que tiene de 3 a 6 grados; cerveza, menos de 6; sidra, de 4 a 11.8; vino blanco, de 10 a 12.6; vino rosado, de 10 a 13.7; champagne, de 11 a 12.4 y vino tinto de 11 a 16.5

Las bebidas con mayor gradación alcohólica son, en orden decreciente: wisky, que tiene de 40 a 50 grados; Tequila, de 43 a 43.5; ginebra, de 40 a 43.5; ron, de 40 a 50, mezcal, de 39 a 40; brandy, de 38 41; anís, de 25 a 40; y vermut, de 16 a 18.2. ¿Cuál es su bebida?

# Un problema de salud pública que afecta a los jóvenes

El alcoholismo constituye en México un grave problema de salud pública, principalmente entre los jóvenes. De una población mayor de 70 millones de habitantes, 6.5 millones son alcohólicos, de los cuales la mitad, aproximadamente, tienen entre 14 y 28 años, de acuerdo con estudios de la Comisión de Salubridad y Asistencia de la Cámara de Diputados.

Este padecimiento es calificado por los legisladores como un "serio problema de salud pública", debido a su continuo crecimiento, sus altas tasas de mortalidad y a las repercusiones económicas traducidas en ausentismo laboral, accidentes de trabajo y de tránsito, pérdida de vidas humanas.

Según la Comisión, cada año siete mil 500 jóvenes ingresan a la fase aguda del alcoholismo, mientras que más de 80 mil se incorporan anualmente al vicio, de acuerdo con estimaciones de la Universidad Nacional Autónoma de México.

El problema es tan grande que también se descubrió que la población infantil ingiere por primera vez alcohol desde los 11 y los 12 años.

Las intensas campañas publicitarias de productos alcohólicos contribuyen a incrementar el índice de adicción. Un estudio del Instituto Nacional del Consumidor, intitulado **El consumo de bebidas alcohólicas en jóvenes y adolescentes en la ciudad de México**, sostiene que el gasto publicitario abrumador que realizan las compañías productoras impone al público patrones y modelos de conducta ajenas a la realidad y manipula, además, la información para que el consumidor elija una marca o tipo de licor determinado.

Paralelamente, los especialistas del Instituto coinciden en que el alcoholismo se incrementa porque es una práctica reforzada socialmente: se consume licor en las celebraciones y en la mayoría de los hogares los niños observan beber regularmente a su padre.

21.- ¿Bebo para aumentar la confianza en mí mismo y sentirme más valiente?

Si ( ) No ( )

22.- ¿He tenido que guardar reposo en algún hospital, institución o en mi propio hogar a consecuencia de la bebida?

Si ( ) No ( )

—B—

A.- Es más hombre quién más bebe.
Falso ( ) Verdadero ( )

B.- El alcohol aumenta la capacidad física.
Falso ( ) Verdadero ( )

C.- Cierta ingestión de alcohol aumenta la agilidad y potencia de los movimientos.
Falso ( ) Verdadero ( )

D.- El alcohol combate el frío.
Falso ( ) Verdadero ( )

E.- El alcohol es alimento.
Falso ( ) Verdadero ( )

F.- El alcohol estimula la lactancia.
Falso ( ) Verdadero ( )

G.- El alcohol favorece la digestión.
Falso ( ) Verdadero ( )

H.- El alcohol aumenta la calidad y cantidad de trabajo intelectual.
Falso ( ) Verdadero ( )

I.- El alcohol es fuente de alegría.
Falso ( ) Verdadero ( )

J.- El alcohol aumenta la amistad.
Falso ( ) Verdadero ( )

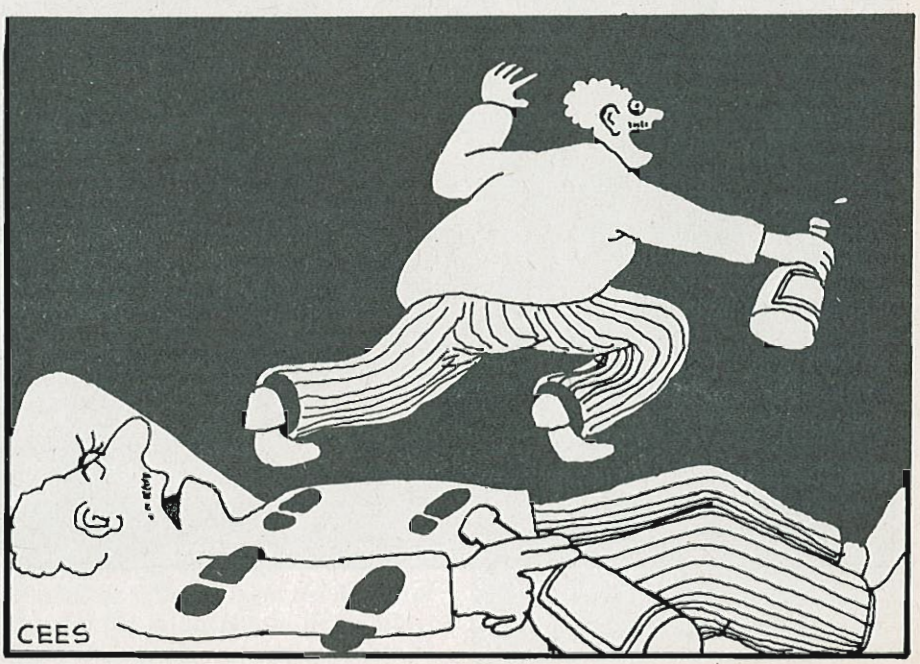
**Resultados**

Si respondió afirmativamente a cinco preguntas del cuestionario A y dio como verdaderas dos del cuestionario B, usted es un **bebedor excesivo** o **prealcohólico**. Prefiere tomar para aliviar las tensiones de la vida diaria y suele olvidar los sucesos ocurridos durante la embriaguez. Además, disimula ante los otros la frecuencia y cantidad de bebidas de que puede disponer.

Aunque todavía logra controlar la cantidad que bebe (se emborracha en promedio una vez al mes), la frecuencia con que lo hace aumenta progresivamente.

Si contestó afirmativamente más de cinco preguntas de ambos cuestionarios, su caso corresponde definitivamente al de un **enfermo alcohólico**. Usted corre el peligro de que las funciones de su sistema nervioso central resulten afectadas, y empezar a padecer acentuadamente los efectos de la dependencia física y psicológica generada por el alcohol. Prácticamente es incapaz de abstenerse de tomar y comienza a resentir los efectos de su vicio, mismos que son irreversibles, progresivos y asociativos a otras enfermedades

**Hernán Casares**



# Entre perros y gatos

## ¡Cuidado con las enfermedades!

**Tener en casa perros y gatos, conviviendo uno mismo con ellos, es un hábito extendido y arraigado. Por lo general, existe conciencia sobre el riesgo que representa la hidrofobia (conocida como rabia) pero no sucede así con otras enfermedades que transmiten estos animales, como son las diversas zoonosis. En opinión de los especialistas, no deben faltar las medidas preventivas.**

*Foto: CARLOS MACIAS*

## Entre perros y gatos

El pasado 24 de noviembre se cumplieron tres años sin que se presentara en el Distrito Federal un solo caso de hay que enfatizarlo— un rotundo éxito de las intensas campañas antirrábicas.

De enero a agosto de este año fueron vacunadas 42 mil 752 personas y 144 mil 429 perros en centros de salud y antirrábicos de la *Secretaría de Salubridad y Asistencia* (ubicados en el D.F.). Sin embargo, han sido detectados 392 casos de perros con rabia comprobada; se trata de un índice bajo, sobre todo si tomamos en cuenta que, estadísticamente, hay un perro por cada seis habitantes en el Distrito Federal, estimándose que la población canina total llega a 2 millones 500 mil ejemplares, estando la mayor parte —los llamados perros callejeros— sin control.

Pero la rabia no es el único problema de salud vinculado a los animales domésticos. Otro aspecto a considerar es el de contaminación ambiental derivada de los excrementos; se estima, por ejemplo, que en promedio cada perro deja en las calles 200 gramos de materia fecal y 500 mililitros de orina por día.

Asimismo, los animales también pueden ocasionar la aparición de **zoonosis**, es decir, enfermedades compartidas por ellos y el hombre. Entre las mismas destacan la **toxocariasis** (transmitida por el perro y el gato) y la **toxoplasmosis** (transmitida por el gato), afecciones que pueden ser contagiadas tanto por animales caseros como por sus camaradas vagabundos.

### Riesgos para la salud

La toxocariasis es producida por un parásito llamado *Toxocara canis*, que afecta directamente a los perros; el 75 por ciento de los ejemplares jóvenes porta este parásito que, expulsado por medio de huevecillos en la materia fecal, contamina el ambiente. El hombre (y principalmente los niños) adquieren la enfermedad al llevarse las manos sucias a la boca. La larva se desarrolla en el aparato digestivo y de ahí pasa a los pulmones originando **neumonitis** (inflamación de los pulmones).

**"El problema serio es que a través de la circulación sanguínea, el *Toxocara canis* llega a los ojos causando un crecimiento tumoral que se confunde con el retinoblastoma, que es un tumor maligno del ojo; esta confusión, debida a la lesión ya tan severa, ha ocasionado enucleaciones (extirpación del ojo) innecesarias"**, afirma la doctora Rosa María García E., médico cirujano con especialización en Patología Clínica, jefa del *Departamento de Parasitología de la Facultad de Medicina Veterinaria y Zootecnia* de la UNAM.

El doctor Sadí de Buen, jefe del *Departamento de Patología Ocular de la Unidad de Oftalmología del Hospital General* (de la Secretaría de Salubridad y Asistencia) nos habló sobre el primer caso clínico patológico de toxocariasis ocular que se dio en México, ocurrido en 1964. Sostuvo, además que los niños constituyen el mayor número de pacientes con este mal, según lo comprueban numerosos estudios.

**"La leche que da la perra a sus crías también puede transmitir toxocariasis, pues en ocasiones contiene el parásito"**, aseguró la doctora Nora Settels, investigadora del *Departamento de Parasitología de la Facultad de Medicina, Veterinaria y Zootecnia* de la UNAM.

Esto crea muchos riesgos, ya que es muy común que los niños tengan contacto con los cachorritos, los besen, los agarren, los acaricien, les metan los dedos en la boca y enseguida se los lleven a la propia, sin haberse lavado las manos.

La toxocariasis también es producida por el parásito llamado **toxocara cati**, cuyo vehículo es el gato y que produce los mismos efectos mencionados anteriormente, sostuvo la doctora García.

El gato, por su parte, transmite al hombre la toxoplasmosis, enfermedad provocada por el *Toxoplasma gondii*, un parásito que ocasiona a la mujer abortos en los tres primeros meses del embarazo y serios problemas luego de este período: anomalías congénitas severas en el futuro bebé (macrocefalia y microcefalia) y enfermedades del corazón.

## Sanos y bellos por pocos pesos

Si se trata de cuidar a las mascotas, los lugares que se ofrecen presentan distintos presupuestos. Y no faltan, claro está, los que le cobran muy caro. ¡Si a veces cuesta más bañar al perro que cortarse el pelo! Sin embargo, el *Centro de Control Canino y Fauna Nociva* está al alcance de cualquiera. Queda en Ex-Canal de San Lázaro, sin número, y su teléfono es el 784-0311.

| | Precios |
|---|---|
| 1.- Servicio y diagnóstico veterinario de animales sospechosos de rabia. | |
| 2.- Captura de animales que deambulan peligrosamente en las calles. | |
| 3.- Atención a personas que han tenido contacto con un animal sospechoso de rabia. | |
| 4.- Consulta general veterinaria. | 200.00 |
| 5.- Vacunación antirrábica | 20.00 |
| Vacunación triple | 500.00 |
| Vacunación parvovirus | 500.00 |
| 6.- **Cirugía general (perros o gatos):** | |
| esterilización de machos | 800.00 |
| esterilización de hembras | 1,000.00 |
| **Cirugía estética:** | |
| corte de cola | 800.00 |
| corte de orejas | 2,500.00 |
| 7.- Pensión para perros y gatos | de 150 a 200.00 |

## Los perros en el México prehispanico

En los tiempos precolombinos se clasificaba a los distintos tipos de canes según la función asignada.

Quizá los privilegiados fueron los **Xoloictzcuintls**, usados como guardianes, como compañía o para cargar pequeños bultos.

Los **Ytzcuintlpotzotlis** no eran bien vistos y menos aún, bien tratados. Poco estimados a causa de su joroba, por lo general se les sacrificaba como ofrenda.

Muy codiciados por los hombres, pero con una atroz "suerte de perro", el paso por la vida de los **Tpeltzcuintls** era breve. Se les vendía en el mercado de Tlatelolco para ser consumidos como alimento. Constituían uno de los exquisitos maniares de la época.

Foto: JAVIER VALLEJO

*Diversión infantil, sin descuidar su salud.*

La mujer adquiere *Toxoplasma gondii* a través del excremento del gato o al consumir carne cruda infectada. La carne que se le da al gato, por lo general cruda, está con frecuencia contaminada por el manejo poco higiénico de las carnicerías; por lo tanto, es muy recomendable lavarla y cocinarla para evitar estos trastornos.

**Las medidas necesarias**

A mucha gente le gusta tener perros y gatos en sus casas. ¿Las razones? Utilizarlos como guardianes, proporcionar al niño un motivo de juego y de ternura; para el adulto solitario suelen ser una compañía... De todos modos, si elige convivir con animales domésticos conviene tener claro que hay que cuidarlos y cumplir con los requisitos establecidos. El responsable es siempre el dueño ya que, obviamente, el animal no puede ser considerado culpable de su conducta.

En marzo de 1980 fue inaugurado el *Centro de Control Canino y Fauna Nociva*, dependiente del Departamento del Distrito Federal; está ubicado en la avenida Ex-Canal de San Lázaro, sin número, a un costado del metro San Lázaro, y se trata de un centro que presta servicios a bajo costo en vacunaciones, esterilizaciones y cirugías.

Los perros callejeros son recogidos por camionetas o "perreras" de los centros delegacionales de la Secretaría de Salubridad y Asistencia, donde permanecen tres días; si en ese lapso no son rescatados por sus dueños, pasan a ser propiedad de los centros que proceden a sacrificarlos en la cámara de gas.

**"Diariamente son sacrificados 500 animales (perros y gatos) para cirugía experimental y docencia, y para evitar la sobrepoblación"**, según la *Asociación Activa para la Supresión de la Hidrofobia en México.*

La señora Marina Mercado de Balaguer, voluntaria de este organismo y de la *Asociación Activa por la Supresión de la Crueldad hacia los Animales*, ubicada en División del Norte número 715, puntualizó: **"Hay que promover la Ley de Protección a los animales; hay que tratarlos decentemente, no deben andar sueltos para no causar daños, ser atropellados o envenenados. Cada animal debe poseer una medalla —son económicas— con su dirección y teléfono".**

Recalcó que no hay que dejarse sorprender por quienes venden cachorros en la vía pública, actividad prohibida por el artículo 22 de la *Ley de Protección a los Animales*. **"Además —agregó— estos animales no son de la raza que creemos adquirir, aunque vengan muy bien bañaditos y con sus cirugías de rabo y orejas; muchos, ni la vacuna contra la rabia tienen".**

Dentro de este panorama, los especialistas en la materia señalan ciertas normas que es preciso respetar:

- Aplicarles las vacunas correspondientes: la triple (moquillo, hepatitis y leptospirosis), la antirrábica y parvovirus.
- Desaparasitarlos periódicamente para prevenir padecimientos que puedan dañar también a sus amos.
- Al salir con el perro a la calle utilizar bozal, collar y cadena.
- Procurar darles la comida cocida, en especial la carne.
- A fin de prevenir afecciones en los niños, cuidar que estos laven debidamente sus manos después de haber jugado con los cachorros. Además, tanto ellos como los adultos deben hacerlo antes de cada comida.
- No acercarse ni tocar a los perros callejeros y/o desconocidos.
- Reportar a las autoridades cualquier irregularidad en animales domésticos, perros sin dueño, etcétera

**Rubén Martínez Cisneros**

## Los animales y la ley

Aunque no siempre sea conocida, los animales deben someterse a una legislación reguladora. He aquí el resumen de algunos artículos de la *Ley de Protección a los Animales* que es bueno conocer.

Artículo 7.— La posesión de animal feroz, peligroso, requiere autorización; la violación a esto o a su libre ambulaje por la vía pública, será motivo de sanción para su dueño o poseedor.

Artículo 12.— Se prohíbe el uso de animales de guardia, caza o de ataque, o para verificar su agresión.

Artículo 13.— Son propiedad de la nación todos los animales que vivan libremente así como sus huevos o crías.

Artículo 16.— Cualquier acto de crueldad hacia un animal doméstico, será sancionado.

Artículo 17.— La posesión de cualquier animal obliga al poseedor a inmunizarlo contra todas las enfermedades transmisibles.

Artículo 21.— Queda prohibido el obsequio, distribución o venta de animales vertebrados vivos, especialmente cachorros, para fines de propaganda o promoción comercial, premios de sorteos y loterías o su utilización o destino como juguete infantil.

Artículo 22.— La exhibición y venta de animales serán realizadas en locales e instalaciones adecuadas para su correcto cuidado, respetando las normas de higiene y seguridad colectiva. En ningún caso *dichas operaciones podrán efectuarse en* la vía pública.

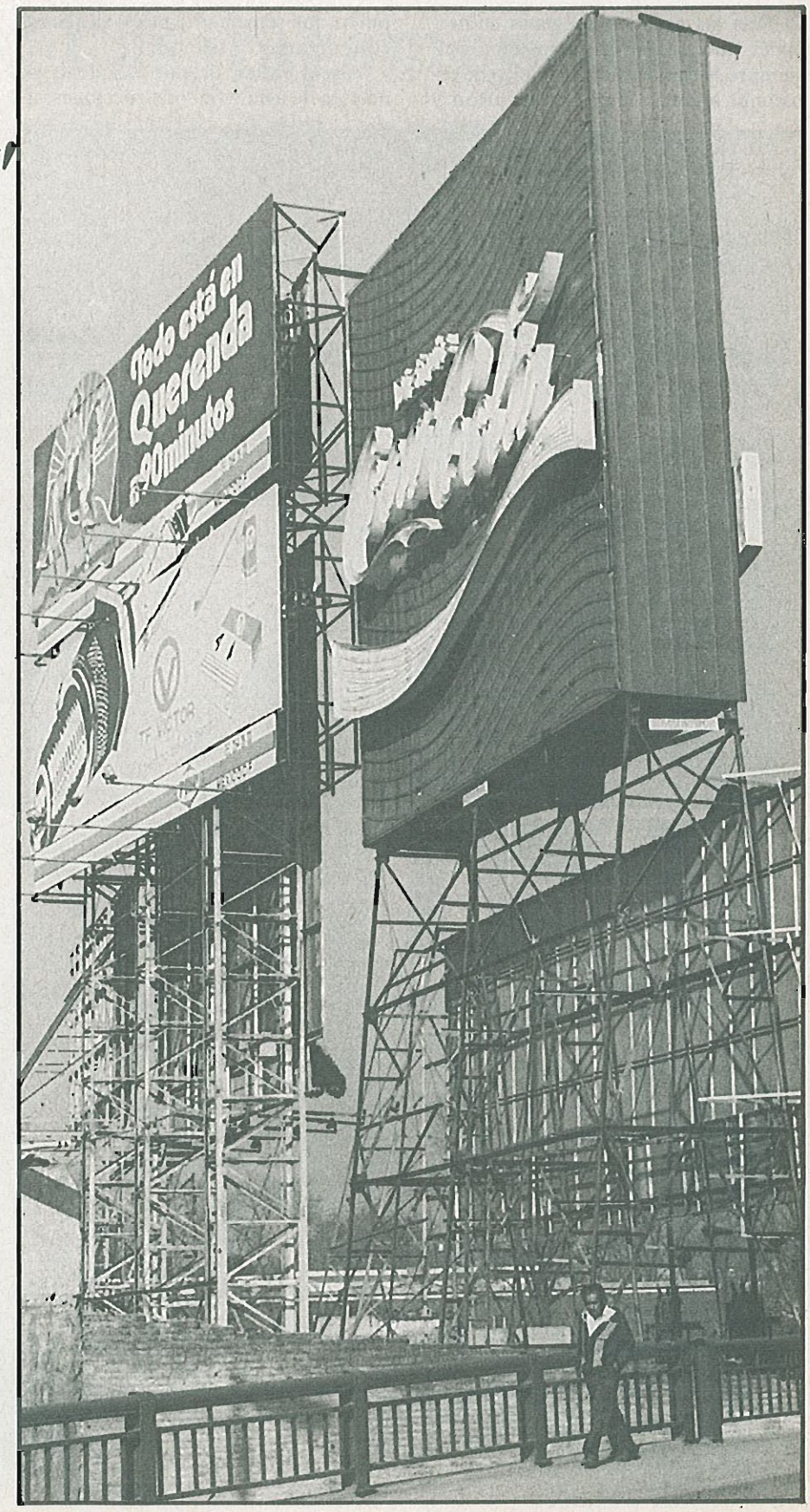
Artículo 23.— Queda prohibida la venta de animales vivos a personas menores de 12 años.

Artículo 35.— Las infracciones señaladas serán sancionadas con multas de 100 a 10 mil pesos o arresto inconmutable hasta por 24 horas.

Artículo 36.— A los reincidentes se les impondrán arrestos inconmutables por 36 horas.

# En la ciudad somos piedra, viento sucio, decía el poeta.

## Le faltó decir también autos y anuncios.




Anunciar, promover, comunicar, divulgar, avisar, declarar, proclamar, manifestar, exponer, informar, orientar; todos estos verbos, sinónimos o análogos, hacen valer los publicistas para los anuncios.

Pero ¿cuántos anuncios caben en una avenida? Pues en el Periférico o Boulevar Avila Camacho, en el Estado de México, de la Plaza de Toros El Toreo de Cuatro Caminos a Plaza Satélite, cabe un anuncio cada dos metros, 2 mil 772 en seis kilómetros.

En la que pudiera ser la avenida con más anuncios del país, la cámara de Mario Roberto Tinoco captó que —al finalizar diciembre— 36 de cada cien anuncios eran de partidos políticos, 39 se habían colocado para promover licores, cervezas, cigarros y comercios de la zona, mientras que el resto, eran anuncios de servicios, tanto de orientación vial como auxilio y orientación. Eso sin contar los que portan autobuses urbanos y camionetas de servicio colectivo y transportes de todo tipo de las más diversas empresas que transitan por la misma vía.

Tras las grandes imágenes comerciales que incitan al gozo temporal, siempre se encuentran las hileras de cemenno, adobes, láminas de cartón y polvo que semejan hogares, es claroscuro de nuestro tiempo.

Así, el paisaje urbano está lleno ya, no sólo de asfalto o construcciones, sino también de anuncios de todos tamaños y colores que sustituyeron en buena parte a la vegetación que alguna vez hubo.

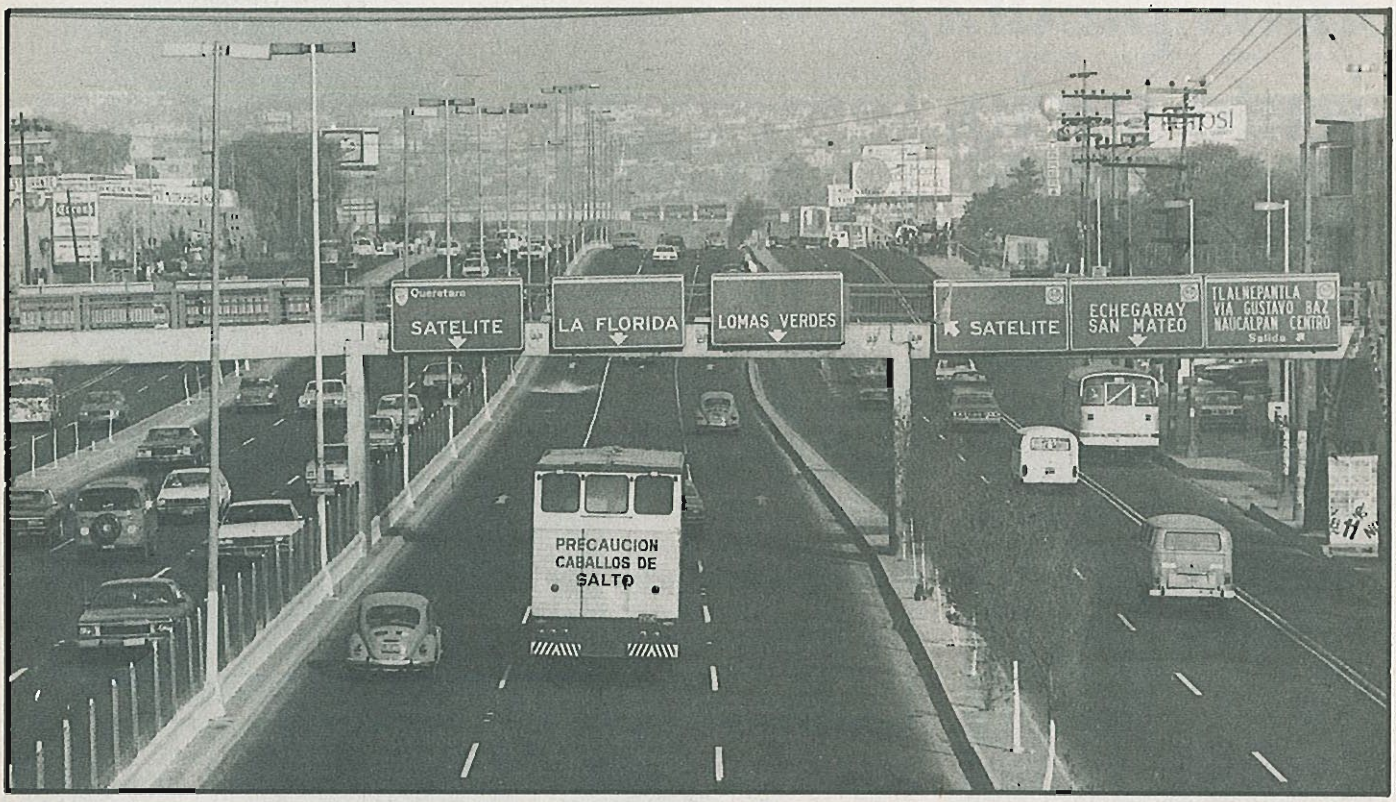



Foto: ROBERTO TINOCO

Foto: ROBERTO TINOCO

# ¡Chispas! Las tragamonedas electrónicas sin control

**Y siguen saltando las "chispas" en la mente de los niños y jóvenes aficionados a los juegos video electrónicos. A pesar de que estas maquinitas invadieron al país hace ya aproximadamente 10 años, aún son tema de actualidad que provoca desaprobaciones de sicólogos, enormes ganancias a fabricantes y propietarios de los aparatos, y a los usuarios, los más afectados, les hace perder considerables cantidades de dinero y tiempo.**

*Foto: ROBERTO TINOCO*

**"La fiebre por las chispas no dismuye; a la fecha existen 30 mil aparatos instalados en el territorio nacional. Esto, además de un número indeterminado de máquinas no profesionales de fabricación casera hechas a base de un monitor de televisión y un juego que se conoce con el nombre de atari, al cual se le acondiciona entre otros accesorios un tragamonedas —aceptador de dinero—",** señala el licenciado Héctor González Ortega, dueño de la fábrica *Play Matic*, pionera en la fabricación de estos juegos.

Agrega que el desarrollo de la industria electrónica marca la pauta para la manufactura de estos aparatos. Por ello, destacan las patentes norteamericanas, japonesas, francesas y coreanas. El entrevistado refiere que en nuestro país, se empezaron a producir estos juegos en 1981, cuando se abrió la primera de las 12 fábricas que existen a la fecha; desde entonces los aparatos se encuentran tanto en ciudades grandes como en pequeños poblados.

**Si de negocio se trata, las chispas de dudas lo sacan.**

Todos los días un gran número de jóvenes se concentra en locales destinados especialmente para jugar con "máquinas chispas". Lo mismo en zonas residenciales como Bosques de Las Lomas que en colonias proletarias de Ciudad Netzahualcóyotl, pasando por las de sectores de ingresos medios.

El precio por juego, generalmente, está a la par que el nivel socioeconómico en que se ubican tales locales, y puede ir de 5 a 45 pesos por partida.

Por la glorieta del metro Insurgentes hay varios lugares dedicados al negocio de las chispas. En uno de ellos, Gabino Her-

nández, empleado que cubre el turno matutino de 10 de la mañana a tres de la tarde indica que su patrón le entrega tres mil fichas metálicas, que vende a 30 pesos cada una, para hacer funcionar las máquinas. En el siguiente turno, añade, las ventas son mayores y alcanzan las 4 mil fichas, o más los fines de semana. De una simple operación aritmética se deduce que en ese local, diariamente hay ingresos por más de 200 mil pesos.

Tal facilidad relativa de ganancias y la atracción que los juegos electrónicos despiertan en el aficionado, es lo que ha hecho posible que aparatos de esa naturaleza se encuentren también en tiendas de autoservicio, farmacias, panaderías, neverías y en casi todo local que concentre gente.

Un factor importante que no se puede hacer a un lado, es el hecho de que no existe una reglamentación adecuada por parte de las autoridades del Distrito Federal, encargadas de normar este tipo de actividades, como lo admite el propio licenciado González Ortega.

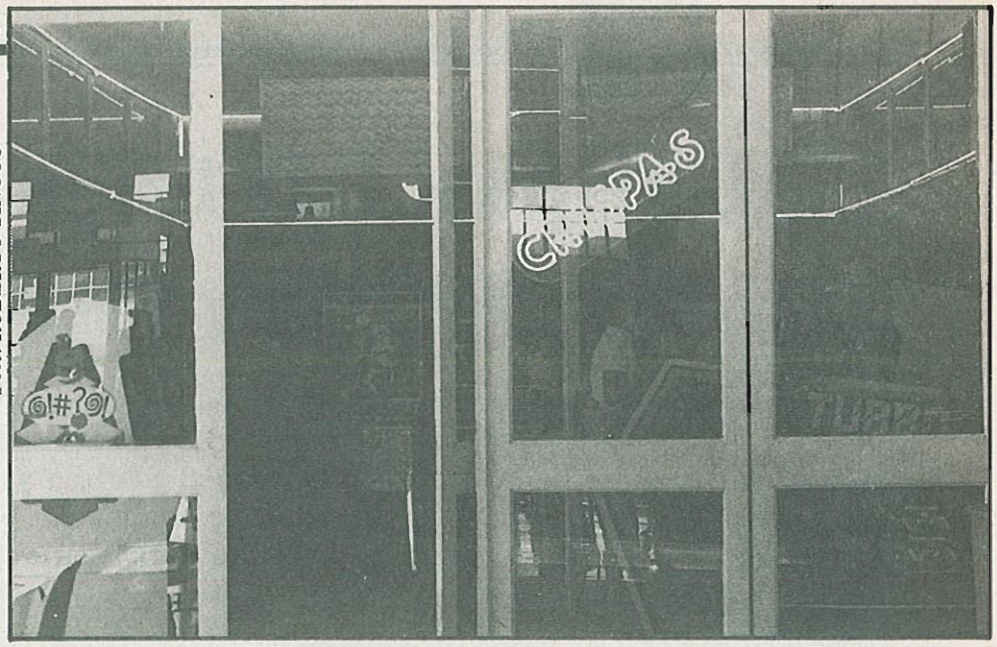



Foto: ROBERTO TINOCO

*Al parecer, cuando efectuamos el reportaje, algunos establecimientos de video juegos parecían tener dificultades con las autoridades.*

*En el recorrido que el reportero gráfico Roberto Tinoco efectuó por la ciudad imprimiendo placas de los negocios de estos juegos, en la Central Camionera del Norte, fue rodeado por personal de seguridad de esas instalaciones y fue invitado a retirarse y a desistir de continuar con su trabajo. Al mismo, tiempo, otro de los vigilantes se encargaba de desalojar a los menores de edad del local de "Chispas" al grito de "salgan de aquí, los niños no deben estar". En otros puntos de la ciudad, a finales de diciembre, se encontraron instalaciones clausuradas, como en la glorieta del metro Insurgentes.*

**La fiebre de las "maquinitas"**

En un estudio elaborado por la *Cámara Nacional de la Industria Electrónica y de Comunicaciones Eléctricas* (CANIECE) en octubre pasado, se precisa que en promedio, un jugador permanece frente a las máquinas alrededor de una hora, aunque jóvenes de medianos y altos ingresos suelen permanecer aún más tiempo.

El mismo entrevistado aclara que un jugador hábil puede hacer durar cada partida hasta 15 minutos, lo cual, sin embargo, exige a los novatos haber dejado una buena cantidad de dinero y una dosis no menor de frustración y reto.

Un caso típico puede ser el de Germán Alvarez, de 18 años, estudiaate de programación y computación, quien afirma: "En estos lugares me gasto alrededor de 200 pesos todos los días. Me emociona el reto de lograr que cada vez dure más el juego". El dinero, confiesa sin rubor, se lo dan sus padres.

No todos los aficionados, sin embargo, corren la misma suerte. El caso de José Serrano Sánchez resulta patético. A cambio de cantar una canción pide para poder jugar en la "maquinita". Ofrece lo único que sabe hacer, pues señala que es cantando en los camiones como obtiene un poco de dinero para ayudar en su casa y también para su diversión.

Miguel Angel Gómez, de 16 años, trabaja en una tienda cercana a un local donde acostumbra —durante una a dos horas diarias— jugar con las chispas. Ufano, comenta que las maneja con gran habilidad gracias a la constancia con que asiste al lugar y a la destreza con que resta los ataques del enemigo, en este caso, las "bestias del espacio" que son sus predilectas.

**Chispas o llamaradas,**
**según el cristal**
**con que se mire.**

La moda que a nivel mundial han despertado estos aparatos ha promovido reacciones encontradas entre los especialistas. La doctora Ana María Brugman García, profesora de la *Facultad de Psicología* de la Universidad Nacional Autónoma de México, considera riesgosa la adicción a estos aparatos. "**Es una actividad solitaria que impide dedicarse a otro tipo de juegos en los que se ejercite la motricidad, se adquieran otras destrezas y el individuo se socialice" señala.**

La temática de los juegos electrónicos, añade, **"refleja en cierta forma un clima de violencia que se vive en la época actual, el cual se refuerza estimulando en el niño conductas agresivas y defensivas ficticias, mismas que debería desarrollar en la relación con sus congéneres más que con una máquina".**

La investigadora Lucía Reyes, de la misma Facultad, asevera que los temas recurrentes de las máquinas **"son una continuación de los mensajes que se emiten en la televisión, los comics y otros medios, incluyendo los juguetes".**

Sin embargo la edición de noviembre de 1984 del órgano de difusión de la CANIECE reproduce algunas opiniones de especialistas estadounidenses en torno a los juegos elctrónicos, **"los jóvenes video adictos desarrollan rapidez de pensamiento, de ejecución, de memoria y de reflejos, así como un sentido de estrategia"** se dice allí.

También el estudio hace referencia a juegos eléctricos que han sido utilizados científicamente en pacientes con problemas de coordinación, visuales o motores, así como en el campo de la enseñanza.

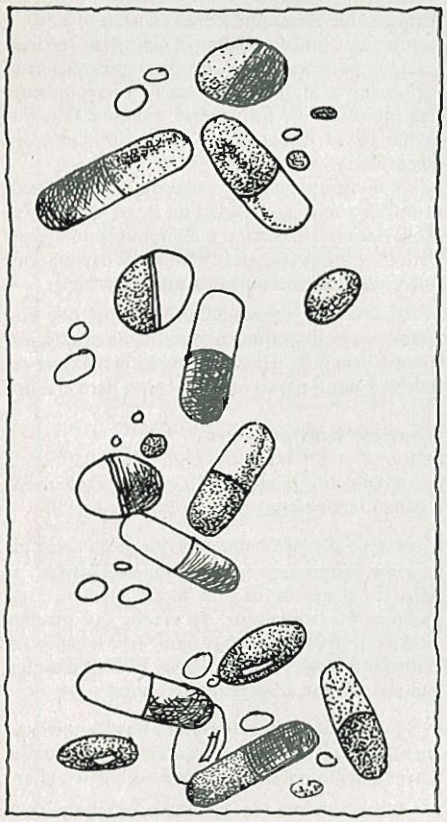
Al margen de los pros y contras que despiertan este tipo de máquinas, lo cierto es que son una respuesta puntual a la era que vivimos y un producto de los tiempos.

El licenciado González Ortega, quien en un periodo se desempeñó como tesorero de la CANIECE, informa que en investigación, los juegos electrónicos tienen el mismo avance tecnológico que las computadoras, los elementos que se utilizan para fabricarlas son los mismos. Ejemplifica diciendo que una máquina de video tiene un monitor de televisión que no es otra cosa que un monitor de alta definición de una computadora, las placas de juego tienen iguales componentes que las placas inteligentes de una computadora, etcétera.

Hecho que resalta si consideramos que el origen de los juegos electrónicos se ubica en los años 40, cuando se lanzan al mercado norteamericano rústicas máquinas de diversiones que consistían en un balín de acero, un tablero de madera y un batcador. Estos aparatos van evolucionando hasta llegar al grado de sofisticación que ahora tienen

**Dulce María Lillian**

# Lo que debemos saber acerca de los medicamentos durante la lactancia



La leche materna es el mejor alimento para el recién nacido, ya que aporta todas las necesidades nutricionales para su crecimiento.

Pero este alimento puede verse alterado si se "contamina" con alguna sustancia ingerida por la madre, y en este sentido merece especial y delicada atención el uso de medicamentos.

Aunque son muchos los medicamentos que pueden aparecer en la leche materna, no todos tienen por qué afectar al niño (algunos se dan en cantidades insignificantes).

En principio, la presencia de medicamentos en la leche dependerá de la cantidad contenida en la sangre de la madre y ésta, a su vez, del tiempo transcurrido desde que tomó el medicamento, de la dosificación y otros factores. Pero, sobre todo, dependerá también de las características del propio medicamento.

En cualquier caso, hay que considerar que el recién nacido es más susceptible a que se acumulen en su organismo niveles tóxicos de estos medicamentos, ya que su barrera digestiva es menor que la del adulto, el hígado y los riñones más débiles, lo cual facilita la absorción digestiva, así como la dificultad para metabolizar y eliminar determinados medicamentos. Los ni-




# ¡SUSCRIBASE HOY MISMO!

La revista del consumidor le dice cómo gastar menos y comprar mejor le orienta y ayuda a evitar problemas y sorpresas desagradables

**Favor de suscribirme a la revista del consumidor.**

Suscripción por un año (12 números) a partir del núm.____
Adjunto cheque o giro postal, por la cantidad de $350.00 (Trescientos cincuenta pesos, 00/100 M. N.) cuota para el D.F. y el interior de la República.

☐ *Nueva suscripción* ☐ *Adjunto cheque*
☐ *Renovación de suscripción* ☐ *Giro postal*

Nombre: _____
Dirección particular: _____
_____
Colonia: _____ Teléfono: _____
Delegación: _____ Código Postal: _____

Ciudad: _____
Estado: _____
Municipio: _____

*Envíe este cupón con cheque o giro postal a nombre de: Instituto Nacional del Consumidor, Departamento de Distribución, Insurgentes Sur 1228, 8° piso, Col. Tlacoquemécatl del Valle, Delegación Benito Juárez, México 03210, D.F.*

*Para cualquier duda o aclaración sobre suscripciones favor de comunicarse al teléfono: 559-7377 Ext. 131 y 132 (Departamento de Distribución)*

Recorte este cupón

ños prematuros presentan mayores riesgos, pero conforme el niño va creciendo, estos riesgos disminuyen. Sin embargo, lo que está claro es que **algunos medicamentos no deben administrarse nunca a madres lactantes,** y aunque su número es escaso, se sabe que han producido efectos adversos. Tal es el caso de los inmunosupresores, antineoplásicos, antitiroides, litio, metronidazol, cloramfenicol, anticoagulantes. Otros están relativamente contraindicados porque alcanzan altas concentraciones en leche y/o tienen efectos que podrían dañar al niño. Hay medicamentos para los que se requiere precaución al utilizarlos o simplemente seguir correctamente las indicaciones. En general, siempre es mejor evitar los fármacos de los que no se conoce su seguridad.

Por otra parte, hay medicamentos que van a influir sobre la cantidad de leche, aumentándola (fenotiazinas, etc.) o disminuyéndola (diuréticos, estrógenos, etc.). Fumar en exceso también puede disminuir la cantidad de leche.

¿Lactancia o medicación? Siempre hay una respuesta si se evalúa correctamente la relación riesgo/beneficio. Hay que buscar la máxima seguridad tanto para la madre como para el niño.

**Conviene tener presente. . .**

- Que los medicamentos que usted toma pueden tener riesgo para su hijo.

- Que los medicamentos que se detectan en la leche materna no son **sólo** los más activos, ni **sólo** los dispensados con receta médica. Hay también medicamentos, **sin receta**, que pueden ocasionar problemas en el niño. Así, se especula con que algunos componentes de los laxantes pueden afectar el intestino del niño.

- Que sólo deben tomarse aquellos medicamentos esenciales; hay medicaciones que no son estrictamente necesarias y que conviene evitar

- Generalmente, la lactancia es compatible con determinadas medicaciones. Cuando esto no es así, se debe recurrir a un medicamento alternativo que ofrezca menos peligro.

- A veces, puede ser aconsejable suspender la lactancia, pero esto dependerá de la importancia que tenga para la salud de la madre la toma de un medicamento que ofrezca peligro al bebé. En caso de suspensión temporal habrá que obtener la leche de forma regular con objeto de mantener la lactancia.

Pero tampoco debemos ser alarmistas. En la mayoría de las ocasiones, las ventajas de la lactancia materna superan los riesgos de pequeñas cantidades de medicamento en leche. Eso sí, conviene mantener al niño bajo observación si se conoce algún efecto adverso del medicamento en cuestión.

*Este informe ha sido elaborado por el Grupo de Trabajo sobre Educación del Paciente, dentro del Plan de Información Científica y Técnica sobre Medicamentos desarrollado por la Dirección General de Farmacia.*

*Publicado en la revista OCU (Organización de Consumidores y Usuarios). No. 49, año V, septiembre de 1984, Madrid, España.*

Recorte este cupón

Dóblese y péguese aquí en la orilla

CORRESPONDENCIA CON DERECHOS POR COBRAR
SOLAMENTE SERVICIO NACIONAL
SUPERFICIE

El porte será pagado por:

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

Administración
de correos No. 44
C.P. 03100
México, D.F.

Primera clase
Permiso Postal

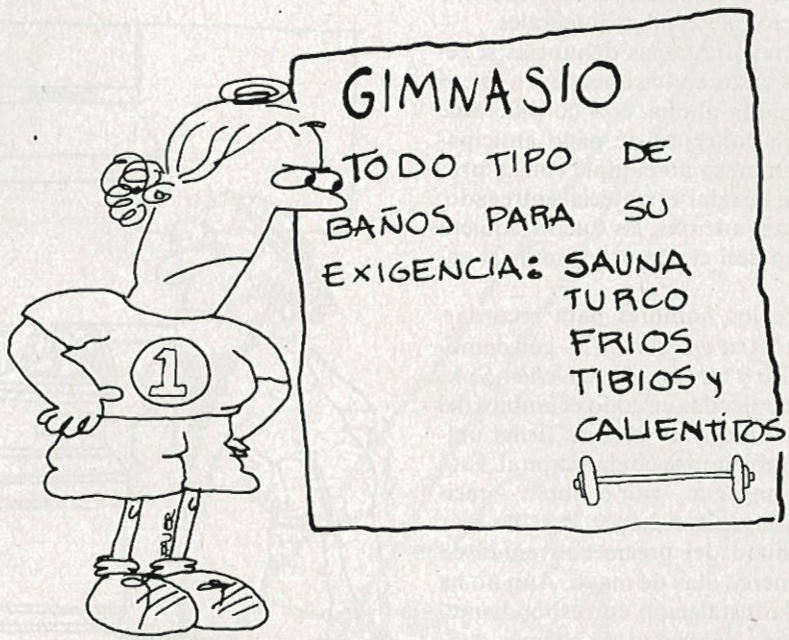
No.
México, D.F.

# ¡Híjole!

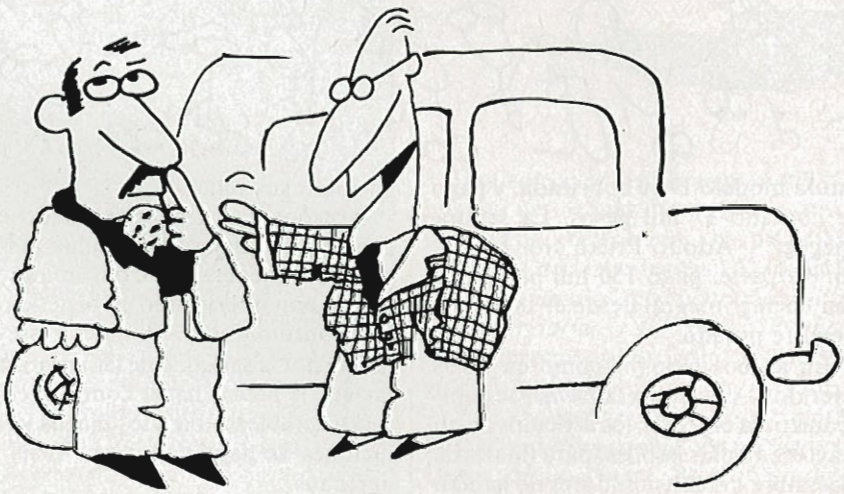
A Ivette Aguilar de la Bárcena le atrae el deporte, más precisamente practicar el levantamiento de pesas. Un día pasó por las instalaciones del gimnasio *Gold Power* (ubicado en Bulevares, edo. de México) y observó que allí, además de campos deportivos, se ofrecían al cliente todo tipo de baños: sauna, turco, regaderazos fríos, tibios y calientitos. No lo dudó y pagó el importe correspondiente a medio año.

Días después comprobó que la realidad del gimnasio difería notoriamente de las promesas. ¿Dónde estaban los baños? Pues, ni instalaciones había. Resignada a medias, la flamante socia decidió aprovechar en parte el dinero gastado y practicar pesas, pero al poco tiempo su casillero fue abierto por la fuerza y su bolsa, su ropa y otros efectos desaparecieron.

Fue entonces cuando acudió al INCO. Ya no era mucho lo que se podía obtener, pero al menos rescindió el contrato y recuperó su dinero. Moraleja: si paga por un baño, antes compruebe si hay agua.




# ¡Caracoles!



Al lote de venta de automóviles *Menta-Am*, ubicado en División del Norte 2502, Coyoacán, no es para confiarle delicadas operaciones. Al menos, de acuerdo a la experiencia del consumidor Esteban Moreno Rojas, de Chiapas.

El señor Moreno entregó su carro a la empresa y fue firmado un contrato según el cual ésta se comprometía a abonarle el importe en el plazo de un mes, se vendiera o no el automóvil. Esto ocurrió el 17 de octubre. Luego el coche fue vendido pero el dinero nunca llegó a manos del consumidor. La empresa se niega a pagar aduciendo que el carro era robado, situación que el Sr. Moreno ignoraba. El caso fue girado a la Procuraduría Federal del Consumidor.

# ¡Si va a comprar cocinas integrales abra los ojos grandes como platos!

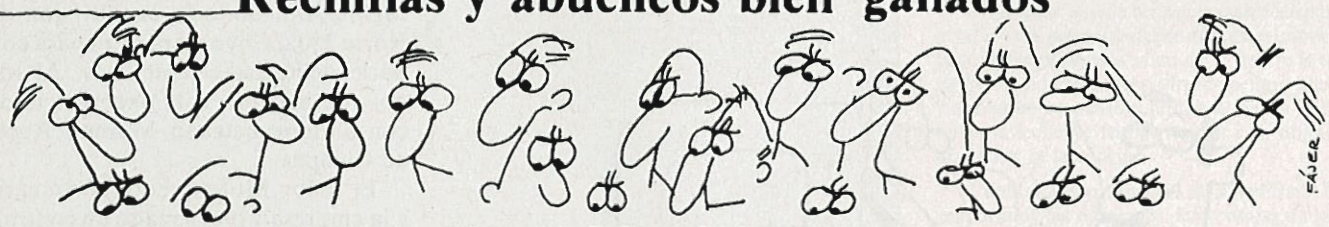
En el último mes han proliferado las quejas llegadas al INCO contra varias empresas dedicadas a la fabricación e instalación de cocinas integrales.

La mayoría de las denuncias se refieren a casos en los que, pese a que el consumidor abona una considerable suma en concepto de pago anticipado, la empresa no cumple con su promesa de instalar el material entregado. No faltan, además, las que ni siquiera cumplen con el compromiso de la entrega.

Entre los nombres para recordar, figuran "*Arte en cocinas*" —con demoras de dos y tres meses—, *Dehler S.A.*, que tiene tiendas en todo el ámbito del D.F., e *Industrias Veraya*, firma ubicada también en la ciudad capital. Esta última empresa —por ejemplo— recibió del ingeniero López Portillo más de la mitad del precio convenido en los primeros días de mayo. Aún no ha hecho la instalación correspondiente.

Si tiene necesidad de cocinas, asegúrese por referencias ciertas, que la empresa es cumplidora. Abra bien los ojos y en ningún caso haga pagos anticipados muy altos. Así evitará posibles dolores de cabeza.

# Rechiflas y abucheos bien ganados




Insistentemente el teléfono del INCO, el 568-87-22, recibe quejas de consumidores que demandan el cumplimiento de contratos por parte de la empresa *Delher, S.A.* por no entregar cocinas integrales y estufas.

El señor Edmundo Aguilera, con domicilio en Félix Cuevas número 138 del Distrito Federal, trajo su queja hasta nuestras oficinas refiriendo que el pasado 19 de octubre compró una estufa modelo D 50 cobrizada, y pagó de contado 17 mil pesos. La señora Dieguez —Adolfo Prieto No. 1417— por su parte, pagó 150 mil pesos por una cocina integral desde el 18 de noviembre pasado.

En ambos casos —como en otros referidos—, la empresa *Delher* se comprometió a entregar los artículos en un plazo de 10 días hábiles, para finales de diciembre los consumidores no habían recibido sus muebles.

Muchos casos ha acumulado esta empresa en quejas y demandas, la Procuraduría Federal del Consumidor y el INCO han intervenido en beneficio de los consumidores. Pregunte previamente por la seriedad de las empresas a las que le piensa hacer compras como éstas; establezca bien los plazos y condiciones de pago y entrega. Exija sus derechos.

# Chiflidos

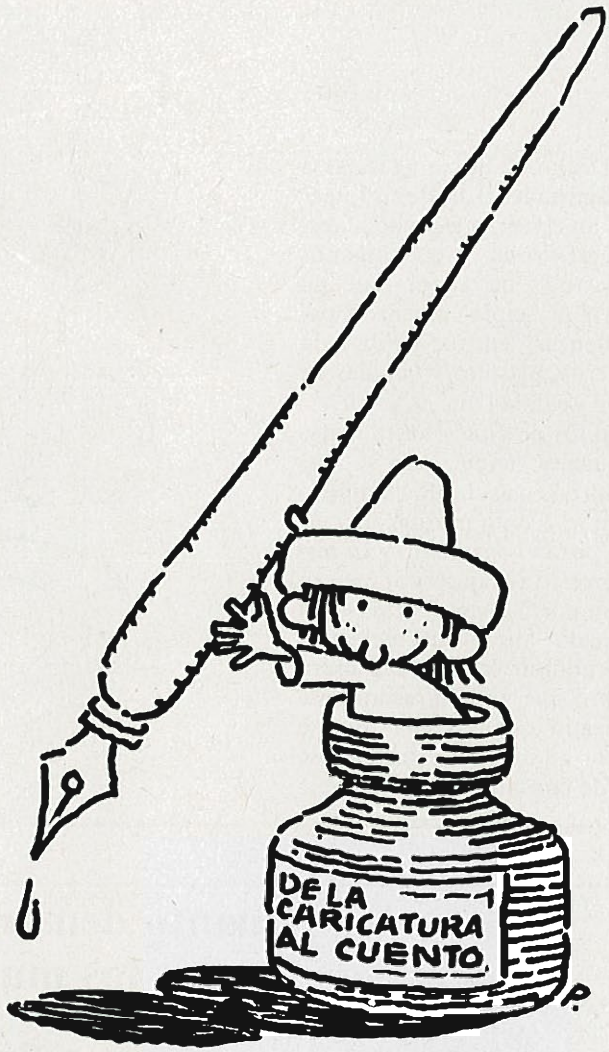
Le corresponden —y con mucha estridencia— a *Dehler S.A.*, una empresa dedicada a la fabricación e instalación de cocinas integrales que bate todos los récords de incumplimiento en sus obligaciones.

La señora Eva de Pérez, domiciliada en colonia del Valle, D.F., les pagó el 50 por ciento de anticipo el 31 de mayo por la compra e instalación de su cocina. Hasta la fecha ¡ni noticias de *Dehler*! O, mejor dicho, sí las hubo, a través del INCO y ante la queja de la consumidora. Como se niegan a entregar lo pactado, el caso, al igual que muchos otros de la misma empresa, ha sido girado a la Procuraduría Federal del Consumidor.

Para **los camareros** de *"Crepas Cluny"*, un restaurante ubicado en la calle de La Paz, de la colonia San Angel. Contra lo acostumbrado son atentos, veloces y "super-eficientes". Y también —algo poco habitual— están de buen humor.

Por todo ello les otorgamos las fanfarrias del mes. Para el consumidor que paga una comida en el restaurante, no sólo los alimentos cuentan. También que lo traten como se merece. Ellos saben hacerlo.

# Los moneros se hacen cuentistas



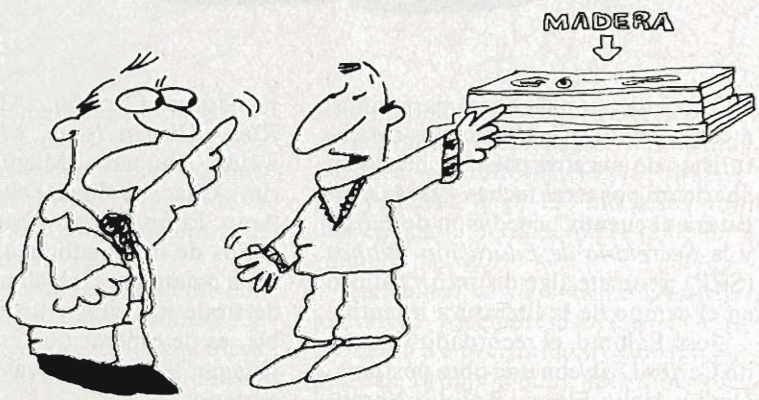

Una colección de libros para niños, a cargo de los más destacados caricaturistas de nuestro país, ha hecho su aparición por estas fechas. **"De la caricatura al cuento"**, coedición de *Edilín* y la *Secretaría de Educación Pública* (SEP), promete algo distinto y valioso en el campo de la literatura infantil.

José Palomo, el recordado y querido Carlos Dzib con una obra póstuma, Ombú, Helio Flores, Rogelio Naranjo, Jorge Carreño, Abel Quezada, Rius, Alberto Isaac, El Fisgón, Oswaldo, Ahumada, Magú, Freyre, Marín, Chac, Felipe Dávalos, Sergio Arau, Efrén, Sergio Aragonés, son algunos de los nombres que participan en la colección. Con 40 mil ejemplares de tiraje mensual y un precio accesible, es de esperar que estos libros satisfagan las expectativas que han despertado.

# C'est-si-bon cobra por el mal servicio

Emilio Dralonne quizo agasajar a una de sus amistades el día de las Lupes y haciendo un esfuerzo le invitó al restaurant C'est-si-bon —que algunos llaman selecto— de Plaza Satélite. Pero desde el principio comenzó a padecer vergüenzas: lentitud deliberada de los meseros, platillos y bebidas de preparación y calidad que no se corresponden con los precios y hasta malas caras de quienes sirven. Pero su vergüenza se tornó en asombro cuando le presentaron la cuenta porque además de la suma por lo consumido y su respectivo impuesto el cajero y el mesero le añadieron por "servicio" otros 4 mil pesos. De nada valieron sus reclamos, debió desembolsar la cantidad extra por un rubro que ningún restaurante está autorizado a cobrar salvo,que se concerte por anticipado y tratándose de grupos de consumidores.

## ¿Cuánto demoran en fabricar los muebles?




La pregunta hay que dirigirla a los propietarios y responsables de *Comercial Ecuador*, una mueblería ubicada en el Distrito Federal, que no entrega lo que promete.

El señor Carlos Salazar G., consumidor domiciliado en Huauchinango, Puebla, se llegó hasta la ciudad capital para adquirir unos muebles. En la tienda mencionada compró y pagó el importe correspondiente al total de tres libreros. Eso ocurrió el 19 de octubre. A casi dos meses, no ha recibido nada...¿Es que los están fabricando?

# 5 68 87 22

## Instituto Nacional del Consumidor

El teléfono de los precios siempre listo. Veinte líneas desde las ocho de la mañana hasta las siete de la noche.

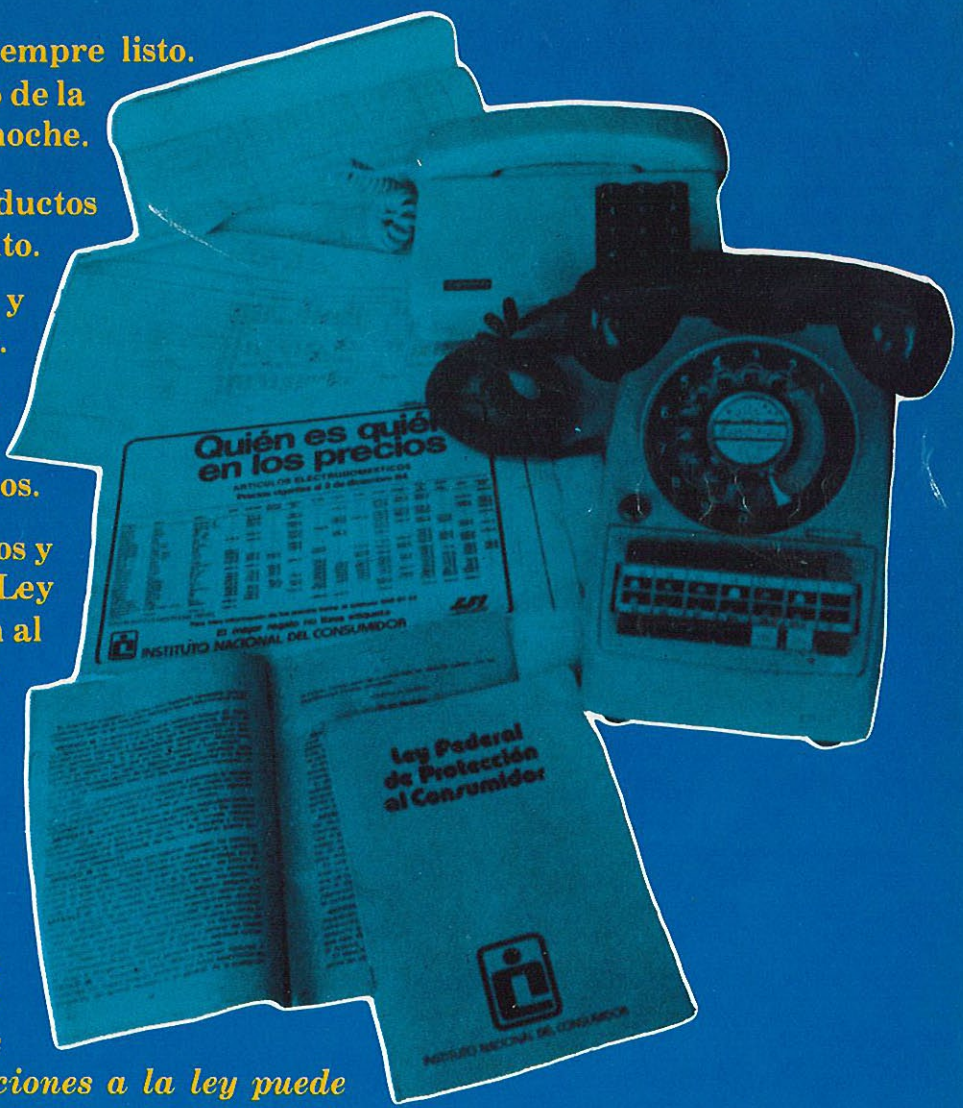
* Sobre precios de productos básicos y su cumplimiento.

* Asesoría para la compra y obtención de bienes y servicios.

* Consultas y quejas contra comerciantes y prestadores de servicios.

* Información sobre derechos y obligaciones asentados en la Ley Federal de Protección al Consumidor y otras normas legales.

* Apoyo para la capacitación y la organización colectiva de los consumidores.




*El 568 87 22 ya no está sólo. Ahora también en la zona metropolitana el consumidor que necesite información de precios y apoyo contra violaciones a la ley puede marcar:*

* El 761 38 11 de la Procuraduría Federal del Consumidor.
* El 588 29 50 de la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial.
* El 658 11 11 de Locatel que también se ha unido a la campaña permanente de defensa del consumidor.

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

# EN TELA DE JUICIO

# JUGUETES PARA DESTRUIR

Es tradicional el gusto de los niños por las aventuras. ¿Pero por qué tienen que ser destructivas las aventuras de las que gustan los niños?

La violencia, facilitada por la tecnología, se evidencia en diversas películas y series televisivas —con derroche de recursos— que se han "constituído" en favoritas de los niños.

Ahora esta violencia tecnificada —o sea aumentada— se puede tener en casa con la línea de juguetes que se ofrecen en el mercado.

El juego es una preparación del niño para la vida adulta, ¿qué mundo le dejaremos a nuestros hijos, enseñándolos a destruir?

Departamento de Análisis sobre Comunicación

INSTITUTO NACIONAL DEL CONSUMIDOR

SECTOR COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

# el brinco

Suplemento de la Revista del Consumidor

Coordinación: Marie Puga

No. 37
Enero 85

Me pareció ver un lindo gatito

Si prendes la tele, no te apagues tú.

Propósitos de año nuevo

Correo de los brincadores

Títeres de cartón

De todo.

# Me pareció ver un lindo gatito

Pilar Pérez Sainz.

Amada, Sandra y María Luisa recibieron un día, un regalo original: un cachorro de león de un mes de nacido. Le pusieron Raji y desde ese momento se convirtió en un miembro de la familia; el nuevo bebé era alimentado con biberón y las niñas lo arrullaban en sus brazos para dormirlo en su cuna. Andaba libremente por toda la casa, jugaba y nadaba con sus amas y era cariñoso, alegre y feliz.

Pero Raji creció. Tanto, que ahora a los cuatro años mide más de un metro y pesa 200 kilos; come diariamente cuatro kilos de carne de pollo y de caballo y bebe cinco litros de agua. Sigue igual de tierno y afectuoso aunque sus caricias se han vuelto peligrosas ya que cada una de sus garras mide 20 centímetros y una inocente muestra de afecto lastimaría seriamente a sus dueñas. El no lo sabe. Ignora su tamaño y su peligrosa fuerza; es tímido con los extraños y no le gusta que le tomen fotos. Nuestra fotógrafa esperó el momento oportuno para evitar que Raji se escondiera.

Ahora el león bueno ya no puede pasear por el jardín; vive encerrado en su jaula a la que sus dueñas no pueden entrar, ni jugar con él, ni cepillarlo como hacían antes.

Buscando una solución lo enviaron al zoológico de Zacango en el que sólo duró tres días porque dejó de comer y estaba tan triste que los veterinarios temían por su vida. Raji regresó a casa donde la familia sigue preocupada por su futura convivencia entre los seres humanos.

Ma. Luisa, Sandra y Amada, opinan que una mascota es una compañía

## DATOS SOBRE EL REY DE LA SELVA

El león es uno de los animales más hermosos de la creación. Este felino enorme, de color canela y ojos ambarinos, ha figurado en el arte, en la religión y en la fábula. Su nombre es sinónimo de fuerza, nobleza y valentía.

En la actualidad lucha por su supervivencia en el Africa. Muchas de sus características se ignoran; por ejemplo, que puede arrastrar un peso doble del suyo; que vive en manadas de 6 a 20 individuos, ya que es el más sociable de los felinos; que el macho es como el sultán de un harén y la hembra es maternal y protectora.

Los cachorros pesan al nacer menos de medio kilo y miden 30 centímetros. Hasta los tres meses son amamantados por su madre que a los seis les comienza a enseñar la forma de cazar. Hasta los tres años crece su melena y a los cinco alcanzan la mayoría de edad. En la selva llegan a vivir alrededor de quince años y en cautiverio suelen llegar a treinta.

El león sólo mata para alimentarse; sin embargo han existido leones devoradores de hombres. Es en el hombre donde este animal ha encontrado a su peor enemigo. En el siglo XVII cierto emperador mongol en la India, solía cazar leones con un ejército de cien mil hombres; en Sudáfrica se les mataba con armas, se les tendían trampas o se les envenenaba hasta que, a mediados del siglo XIX, el león del Cabo de negra melena, quedó exterminado por completo.

El rey de la selva no puede condenarse a la extinción. Debemos respetar su territorio como él respeta el nuestro.

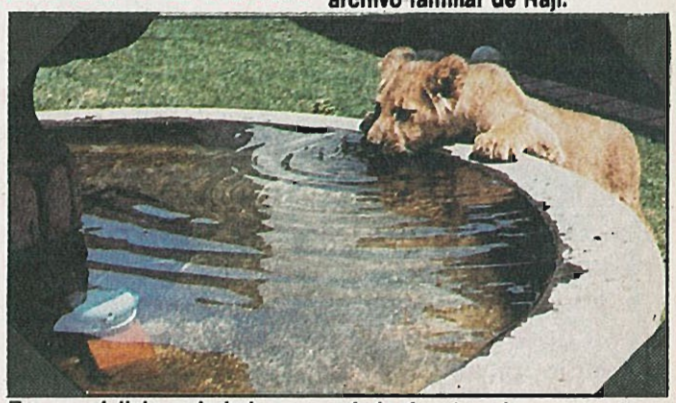
maravillosa; un amigo siempre dispuesto a darnos cariño y fidelidad pero hay que recordar que ciertos animales a los que sacamos de su habitat natural, aunque se adapten desde pequeños al medio de vida que nosotros les proporcionamos, al crecer se enfrentan a problemas graves ya que les privamos de la posibilidad de convivir entre otros de su misma especie. A algunas mascotas les quitan garras y colmillos y cuando se hace imposible convivir con ellas y la única alternativa es regresarlas al zoológico, la mutilación que han sufrido les impide alternar con sus compañeros de especie ya que no pueden defenderse ni reproducirse.

Las mascotas deben ser animales domésticos. Recuerda, al elegir una, que merece tu cariño, cuidado y atención no sólo por un tiempo sino mientras viva y dependa de ti.

# DEL ALBUM FAMILIAR DE RAJI

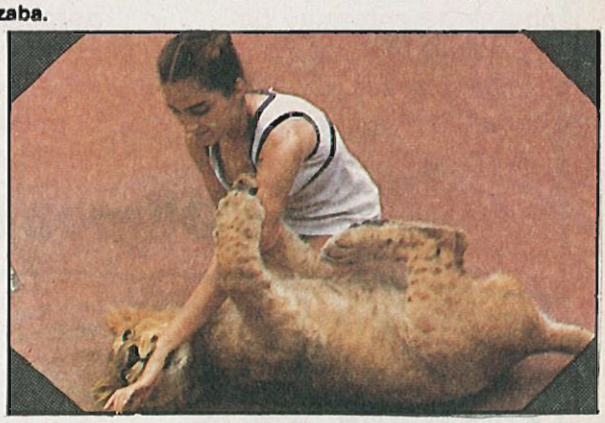
Fotos: Verónica Bravo y archivo familiar de Raji.

Al mes de nacido, se alimentaba con leche como todo bebé.



Era una delicia verlo beber agua de la fuente, a la que ya alcanzaba.

Todavía a los tres meses pedía su botella pero ya usaba babero.



Sus toscas manos no lastimaban a sus dueñas en los juegos y mordía suavemente para demostrar su afecto.

Un lindo gatito que aún juega pero que su fuerza es peligrosa.

Pueden acariciarlo pero sólo a través de la reja.

# Si prendes la tele no te apagues tú

A Isabel le gusta leer cuentos, inventar juegos con sus amigos o ir al parque. Cuando no puede hacer ésto, prende la televisión. El programa que le ofrecen es para miles de niños sin distinción de gustos o de capacidad.

Si no entiende algunos detalles, no puede preguntarlos al televisor y necesita además, oír y mirar muchos comerciales. En la serie de Walt Disney, por ejemplo, pasan 35: más anuncios que programa. Isabel debe enterarse de cómo usar un perfume para mujeres grandes, de lo necesarios que son los pañales desechables, de cómo funciona una cuenta bancaria, y un detergente y unas pastillas para la tos, y de muchos otros productos que según los anunciantes, nos volverán felices y nos convertirán en seres encantadores.

En muchos programas hay una constante repetición del mismo argumento en el que varían algunas de las circunstancias pero eso sí, se repite la violencia y el reír a costa de lo que otros sufren. ¿Cuántos programas has visto en que los protagonistas se golpean sin que nada les suceda? Sólo para que otro ría. El humorismo nada tiene que ver con aventar pastelazos o esperar que los tontos caigan, resbalen o reciban todos los golpes.

También hay programas de niños que imitan a actores viejos o actores viejos que imitan a niños. Y nosotros preguntamos: Ese maravilloso invento que es la televisión ¿no puede mejorar su contenido y usar la imaginación para acercarse a niños que desean argumentos más hermosos?

Lo más importante de la televisión es no permitirle que nos impida comunicarnos con los demás ya que su presencia, a veces, no nos deja convivir con la familia, ni platicar y crear juegos con nuestra imaginación.

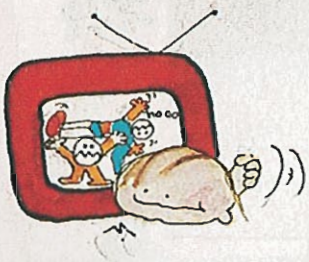
## Peligros de la televisión

# Propósitos de año nuevo.

El comienzo de un año es un buen momento para anotar una lista de proyectos que realizaremos durante 1985, así como promesas hechas a nosotros mismos. Te damos una lista y en ella escoge lo que creas más necesario. Pégala en una cartulina, clávala en tu cuarto y considera si cumples con tus promesas.

EN ESTE AÑO.....

Haré a tiempo mi tarea.
Seré puntual.
Ayudaré a mamá en quehaceres de la casa.
No compraré golosinas chatarra.
Comeré frutas y verduras.
Me acostaré temprano.
Veré menos televisión.
Haré deporte.
Leeré libros y revistas para niños.
Lavaré mis dientes después de cada comida.
Cuidaré yo mismo a mi mascota.
Buscaré la forma de estar informado acerca de todo lo que se refiere a la buena salud, al cuidado de los animales, a lo que sucede en mi país.
Sembraré una pequeña hortaliza.
Cuidaré a los árboles.
No tiraré basura fuera de su lugar.
No pelearé con hermanos ni con amigos.
Seré obediente y servicial.



# Títeres de cartón

Gabriel y Elena llamaron una tarde a la Redacción de El Brinco para decirnos que tenían preparada una función de teatro. Sus personajes eran títeres hechos con envases de leche. Elena nos dijo:
"Leímos su convocatoria para que mandáramos ideas de lo que se puede hacer con los envases de cartón; nosotros inventamos estos títeres."
Los niños nos dijeron cómo hacerlos: tú también puedes inventar tus personajes.

Los niños hicieron tres personajes; un papá con boina que tiene dos hijas: una con el pelo color de rosa y otra con largos rizos de estambre amarillo.

**Material**

1 Cartón de leche, cinta adhesiva, papel de estraza.

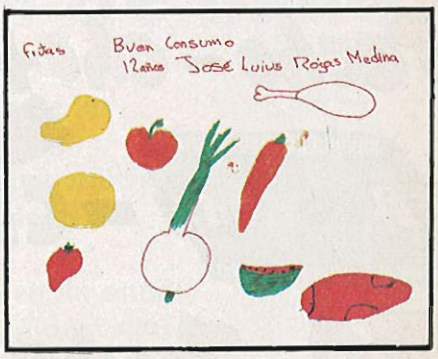
**Manera de hacerlos.**

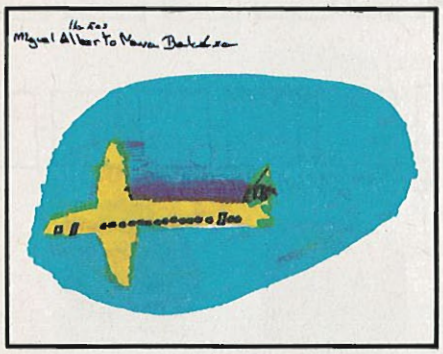
Cierras el cartón con la cinta adhesiva, lo forras de papel y lo decoras en forma de persona, animal, monstruo, casita, etc. Le haces un corte horizontal por tres lados simulando una boca. Sujetas un cordón a la parte superior y jalas para que abra y cierre la boca, al actuar.

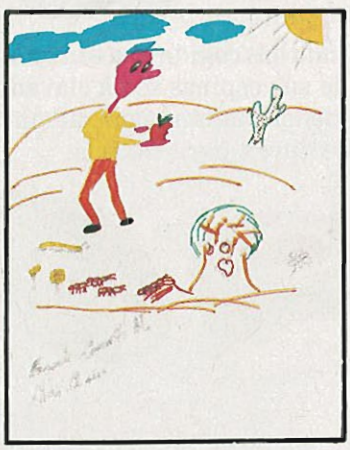
# El correo de los brincadores

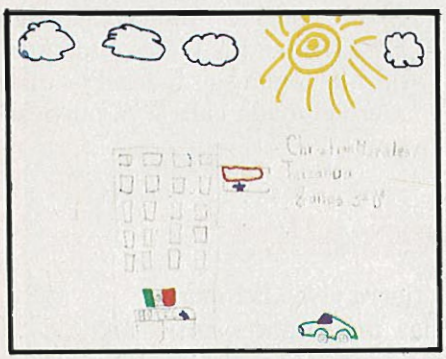


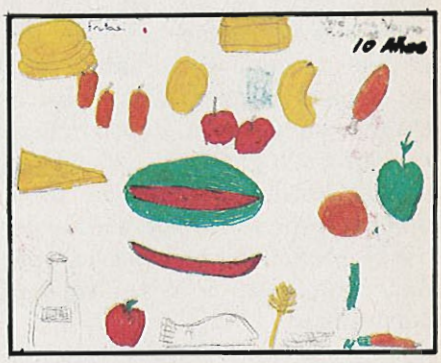
**Nuestras páginas de Correo serán ocupadas en esta ocasión para publicar algunos de los dibujos hechos por nuestros amigos que visitaron el stand de El Brinco en la Feria Internacional del Libro Infantil y Juvenil en el Auditorio Nacional, los días 10 al 18 de noviembre. Ellos, entre otros muchos, participaron en los concursos de dibujo que se celebraban todos los días cada dos horas.**

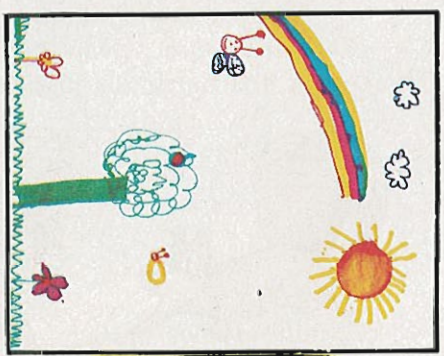


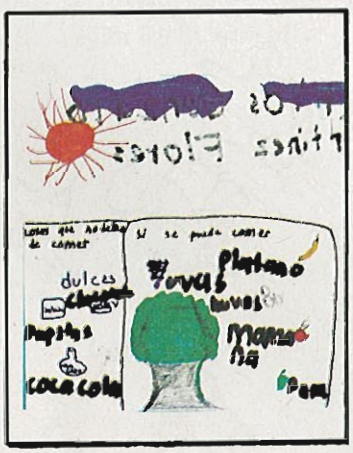









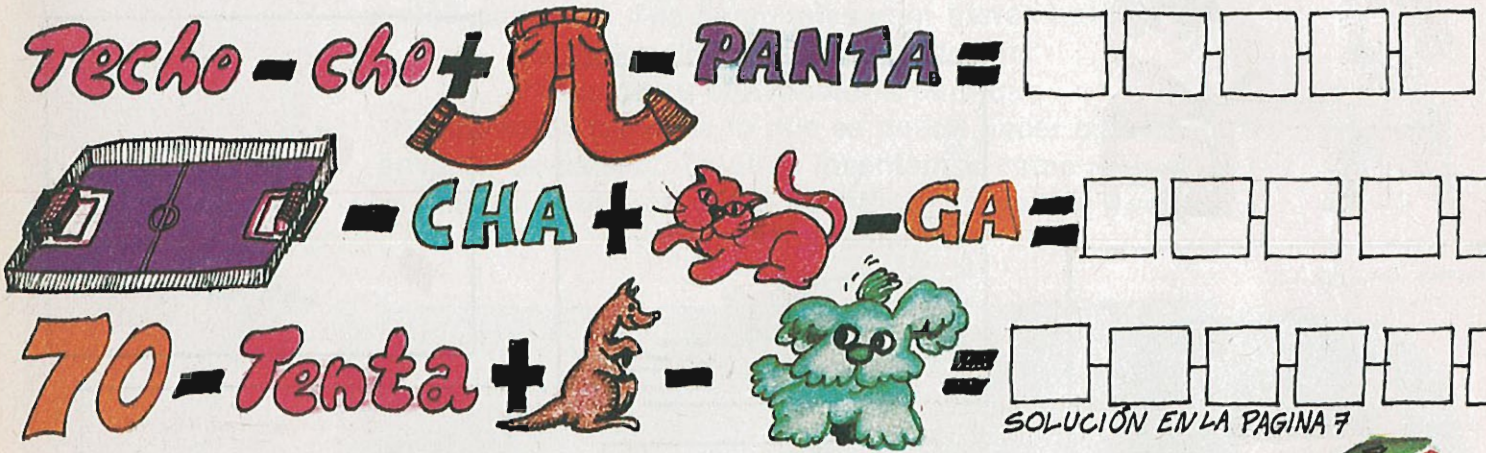



SOLUCION A:
CUENTOS Y CUENTAS
1.- TELON
2.- CANTO
3.- SEGURO
(Perro = CAN)

# DE TODO como en botica

## CUENTOS Y CUENTAS

Suma y resta dibujos y letras como te indica cada cuenta y llegarás a una nueva palabra que será el resultado.




SOLUCIÓN EN LA PAGINA 7

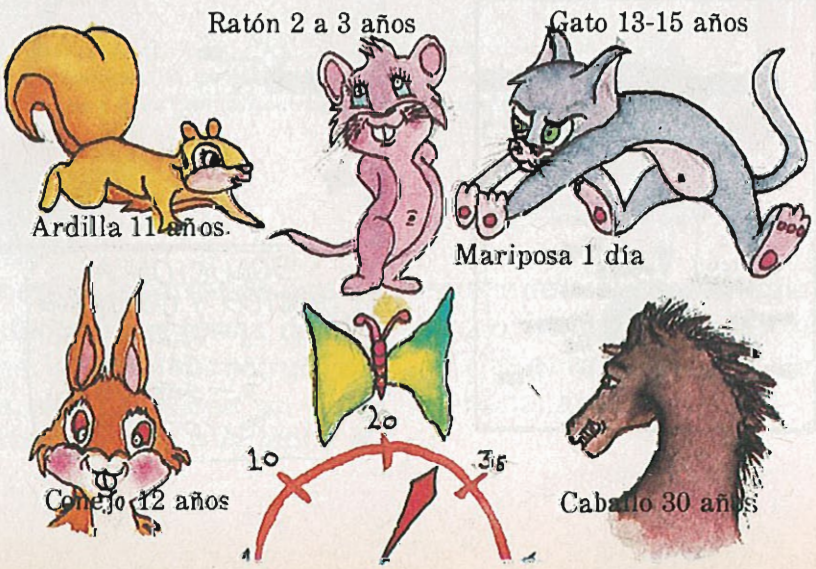
### El día de las mujeres

En Zamarraká, un pueblo cerca de Segovia, España, un día al año es mandado y comandado por mujeres. Se eligen alcaldesas y entre ellas ejercen los poderes. Esto se debe a la conmemoración del día en que las mujeres de Zamarraká salvaron el Alcázar de Segovia distrayendo a los moros que lo habían tomado para que los españoles pudieran reconquistarlo. Se toma vino, se comen chorizos, al final del día se quema un muñeco y a la mañana siguiente ¡todo vuelve a la normalidad!

En 1582 apareció el primer tenedor en el restaurante La Tour d'Argent en París.

Cuando has cogido una tuna y alguna de sus espinas se ha clavado en tus dedos, nada mejor que un trozo de durex para sacarla.

Si no tienes un dado para jugar, busca entre tus lápices uno gastado, que tenga seis lados. Pon un número en cada cara y ya puedes jugar.

## ¿Cuánto viven ellos?

No todos los habitantes de la tierra viven la misma cantidad de años... ¡Hay diferencias importantes entre una tortuga y una mariposa! observa esta especie de "reloj de la vida".